

# Menus proposés par l'équipe de la Cuisine Centrale



Lundi

Mardi

Mercredi

Jendredi

Vendredi

06 - 10 - 01

Potage de légumes  
Sauté de dinde  
Salsifis / Pâtes  
(Purée de salsifis)  
Fromage  
Compote

Salade de riz / Thon /  
Tomates / Maïs  
Filet d'Eglefin  
Carottes / Semoule  
(Purée de carottes)  
Petit Suisse  
Fruit

Salade d'haricots  
verts  
Sauté de bœuf  
Brocolis / Boulgour  
(Purée de légumes)  
Fromage  
Fruit

Potage de légumes  
Filet de cabillaud  
Epinards / Riz  
(Purée d'épinards)  
Fromage  
Fruit

Carottes râpées  
Rôti cuit  
Potirons / Lentilles  
(Purée de potiron)  
Fromage  
Far Breton (Compote)

13 au 17 - 01

Carottes râpées  
Sauté de veau  
Endives / Pennes  
(Purée de légumes)  
Fromage  
Compote

Salade du pêcheur  
Poulet rôti  
Brocolis / Patates  
douces  
(Purée de courgettes)  
Fromage  
Fruit

Potage de potirons  
Rôti de porc  
Carottes / Semoule  
(Purée de carottes)  
Petit Suisse  
Compote

Céleris vinaigrette  
Sauté de bœuf  
Salsifis / Haricots  
blancs  
(Purée de salsifis)  
Fromage  
Fruit

Potage de carottes  
Dos de colin  
Haricots verts / Riz  
(Purée de haricots verts)  
Fromage  
Fruit

Fruit et  
légume  
cuits

Fruit et  
légume  
crus

Viande  
Poisson  
Oeuf

Féculent

Produit  
laitier

Produit  
sucré



Ce calendrier de menus peut subir des modifications en fonction des commandes et livraisons de marchandise au restaurant municipal.  
Le menu est élaboré en collaboration avec une diététicienne. Toutes les viandes sont d'origine Française.



FABRICATION « MAISON »



REPAS SANS VIANDE



BIO



LABEL ROUGE

Tous les fromages sont AOP



ou IGP



SEMAINE 2

Allergènes		Arachides	Céleri	Crustacés	Fruits à coques	Gluten	Lait	Lupin	Mollusques	Moutarde	OEufs	Poissons	Sésames	Soja	Sulfites
Plats															
Lundi 06/01	Potage légumes					X	X								
	Sauté de Dinde Salsitis / Pâtes Fromage Compote					X	X								
Mardi 07/01	Salade de Riz, Thon, Tomates et Maïs									X		X			X
	Filet d'églefin Carottes / Semoule Petit suisse Fruit					X	X					X			
Mercredi 08/01	Salade d'haricots verts									X					X
	Sauté de Bœuf Brocolis / Boulgour Fromage Fruit					X	X								
Jeudi 09/01	Potage légumes											X			
	Filet de Cabillaud Épinards / Riz Fromage Fruit						X								
Vendredi 10/01	Carottes râpées									X					X
	Rôti cuit Potiron / Lentilles Fromage Far Breton / Compote					X	X				X				



Ce document est un complément d'information mais ne supprime pas la mise en place d'un PAI. Pour les biscuits individuels, la présence des allergènes est indiquée sur l'emballage.  
 Le règlement Européen INCO (information consommateur) N° 1169/2011 impose la mise à disposition des consommateurs, d'une information écrite sur les 14 allergènes.

SEMAINE 3

Allergènes		Arachides	Céleri	Crustacés	Fruits à coques	Gluten	Lait	Lupin	Mollusques	Moutarde	OEufs	Poissons	Sésames	Soja	Sulfites
Plats															
Lundi 13/01	Carottes râpées									X					X
	Sauté de Veau Endives / Pennes Fromage Compote					X	X								
Mardi 14/01	Salade du Pêcheur									X		X			X
	Poulet rôti Brocolis / Patates douces Fromage Fruit						X								
Mercredi 15/01	Potage Potiron														
	Rôti de Porc Carottes / Semoule Petit Suisse Compote					X	X								
Jeudi 16/01	Céleris vinaigrette		X							X					X
	Sauté de Bœuf Salsifis / Haricots blancs Fromage Fruit						X								
Vendredi 17/01	Potage Carottes											X			
	Dos de Colin Haricots verts / Riz Fromage Fruit						X								



Ce document est un complément d'information mais ne supprime pas la mise en place d'un PAI. Pour les biscuits individuels, la présence des allergènes est indiquée sur l'emballage.  
 Le règlement Européen INCO (information consommateur) N° 1169/2011 impose la mise à disposition des consommateurs, d'une information écrite sur les 14 allergènes.