Menus sur 20 repas- Du 4 janvier au 5 février 2021-

	Lundi	Mardi	Jeudi	Vendredi
Semaine 1	Allumettes au fromage et aux graines BIO d'oléagineux Chili Sin Carne et Riz semi-complet Bleu d'Auvergne Kiwi *Menu VéGé*	Velouté de potimarron Navarrin d'agneau Coquillette Yaourt Nature Clémentine	Quiche au thon Quenelles au lait de Coco aux graines de Lin BIO Chou Romanesco Fromage Blanc Banane/ Mangue	Salade Mâche/Endive Filet de poisson Gnocchis à la tomate Camembert Galette des rois
Semaine 2	Carottes râpées Blanquette de Veau Petits pois Semoule au lait	Salade verte aux dés de Pommes citronnés Colin aux herbes aromatiques Pommes de Terre rissolées Munster Kaki	Chou chinois/Betterave crue aux graines de Courge BIO Pizza Margherita Cantal Cookies *Menu VéGé*	Salade de quinoa aux pousses d'épinard et Féta Escalope de Poulet Haricots Verts Saint Nectaire Pomme/ Poire
Semaine 3	Betterave rouge sauce persillée Emincé de Dinde aux Olives Purée de Pommes de Terre Kiri Bio Orange en quartiers	Demi Croque-Monsieur Chèvre Pesto Sauté de Veau Chou-Fleur Sauce Coco au Curry Banane	Duo de Salades Gâteau de Lentilles Corail Bio aux Tomates séchées Morbier Raisins secs Bio enrobés de chocolat *Menu VéGé*	Salade Coleslaw Œufs cocotte Bio aux épinards Quinoa aux Noix de Cajou Comté Madeleine au beurre
Semaine 4	Velouté de carottes Filets de Sardine au concassé de Tomates Tandoori Blé pilaf Dessert lacté chocolaté	Salade de Lentilles Bio aux dés de Pommes et de Cantal Escalope de Veau Jardinière de légumes d'hiver Clémentine	Carottes râpées Clafoutis aux haricots verts Boulgour Mimolette Spéculos	Salade d'endives aux noix Pané fromager Semoule semi-complète Bio et son coulis de Tomate Crumble Maison Poire Framboise *Menu VéGé*
Semaine 5	Rillette maison de Maquereau Bouchée à la reine Riz semi-complet Faisselle au miel	Salade verte Pizza Polenta Bio au Saint Nectaire Ananas au sirop *Menu VéGé*	Duo Betterave Chou blanc Moules gratinées Poêlée de Pomme de Terre et d'Haricots Verts Camembert Quatre Quart	Velouté de Pois cassé Emincé de Poulet à la crème Brocoli Fourme d'Ambert Salade de fruits frais Orange/Pomme/Citron

Menu Végétarien hebdomadaire : *Menu VéGé*

Fait Maison

Agriculture Biologique

Production Locale

Pêche Responsable

Légendes Couleurs Conformément aux Recommandations du G-RCN et au Plan Alimentaire :

Crudité
Cuidité
Féculents
Plats protéiques
Plats à dominante lipidique
Laitage
Desserts riches en sucre