Semaine n°01: du 3 au 7 Janvier 2022

| | LUNDI | MARDI | MERCREDI | EPIPHANIE JEUDI | VENDREDI | RESTO |
|--------------------------|--------------------------|---|---|-----------------------------------|-----------------------------|---|
| ENTRÉE | Betterave ou Potage de | Salade verte aux croutons | Salade de pommes de terre à l'échalote | Carotte râpée vinaigrette | Crêpe au fromage | POIN DECEMBER OF |
| NIAT e | Lasagnes à la bolognaise | Tajine de légumes aux pois chiches et semoule | Omelette | Sauté de dinde aux champignons | Beignets de poissson citron | TOUT SAVOIR SUR NOS RECETTES |
| PLAT & Accompagnement | *** | *** | Poêlée de légumes 🔥 📆 | Petits pois cuisinés * | Epinards béchamel | Salade vitaminée: carotte, |
| PRODUIT LAITIER | Yaourt aromatisé | Emmental B _{IO} | Fromage frais au sel de Guérande | Camembert | Vache qui rit | chou chinois vinaigrette à l'orange/ Blé fantaisie: blé, tomate, maïs |
| DESSERT | Pomme | Crème dessert caramel | Compote de pomme fraise | Galette des rois | Clémentines | |
| P.A. n°4 | | | | | | * contient du porc |

Semaine n°02 : du 10 au 14 Janvier 2022

| | | Schan | c ii oz . da 10 da 14 janvici | 2022 | | Les labels de qualité (sauf BIO) |
|-----------------------|---------------------|--|-------------------------------|---|---------------------------------|--|
| | LUNDI | MARDI | MERCREDI | JEUDI | VENDREDI | concernent l'ingrédient |
| ENTRÉE | Salade vitaminée | MARDI Potage de légumes ou nacédoine de légumes Filet de colin sauce crevettes Riz créole Edam BIO | Céleri rémoulade | Potage de potiron ou salade verte | Salade de blé fantaisie | majoritaire de la recette. |
| NA. | Goulash de bœuf | | Poulet rôti | Faboulettes de lentilles jaunes sauce crème curcuma | Chou-fleur à la parisienne * | Le picto BIO indique une recette respectant les exigences du réglement CE n°889/2008. Pour les |
| PLAT & ACCOMPAGNEMENT | Haricots verts BIO | Riz créole | Macaronis B10 | Purée de carotte | *** | recettes contenant moins de 100% de produits BIO, l'ingrédient BIO sera précisé dans le libellé du plat. |
| <u>o</u> | Yaourt nature sucré | Edam | Brie | Vache qui rit | Fromage blanc sucré | LOCAL Le picto Local indique un produit |
| DESSERT | Madeleine | Poire | Liégeois vanille | Clémentines | Purée de pommes | issu du terroir de proximité entre le producteur et notre cuisine. |
| P.A. n°5 | | | | → | | LINGUIGE . A I I |













Semaine n°03: du 17 au 21 Janvier 2022

| | LUNDI | MARDI | MERCREDI | JEUDI | VENDREDI | RESTU |
|-----------------|-----------------------------|--------------------------------------|---------------------------------|---|-----------------------|---|
| ENTRÉE | Crêpe au fromage | Potage de légumes ou Salade verte | Salade de riz, poivron, maïs | Salade d'haricots verts BIO échalote | Salade colorée | POLY DEPENDS OF |
| PLAT & | Emincé de dinde au curre | Hachis parmentier | Colin meunière citron | Coquillettes bolognaise de lentilles | Blanquette de poisson | TOUT SAVOIR SUR NOS RECETTES |
| ACCOMPAGNEMENT | Poêlée de légumes Bio | *** | Carottes Bio persillées | *** | Semoule dorée BIO | |
| PRODUIT LAITIER | Carré frais B ₁₀ | Emmental B10 | Mimolette | Saint Nectaire | Yaourt aromatisé | Salade colorée: carotte, chou rouge, radis blanc |
| DESSERT | Clémentine | Mousse au chocolat | Banane B _{IO} | Flan pâtissier | Purée pomme vanille | |
| P.A. n°1 | · | · | · | | _ | * contient du porc |

Semaine n°04: du 24 au 28 Janvier 2022

La montaane - La Savoie LUNDI VENDREDI **MARDI MERCREDI JEUDI** Chou-fleur BIO **Chou blanc BIO** vinaigrette ou potage de Carotte râpée ciboulette Lentilles à l'échalote Betterave BIO vinaigrette au miel ENTRÉE légume Filet de colin Pommes de terre à la Couscous aux boulettes Boeuf bourguignon Riz à la cantonnaise savoyarde * sauce curry d'agneau ACCOMPAGNEMENT *** *** Haricots beurre Tortis O Délice comme un Mont Bûchette mi chèvre Yaourt sucré Saint Paulin Brie Blanc PRODUIT LAITIER Liégeois chocolat Marmotine à la myrtille Flan nappé caramel Poire Pomme

Les labels de qualité (sauf BIO) concernent l'ingrédient majoritaire de la recette.

respectant les exigences du recettes contenant moins de 100% de produits BIO, l'ingrédient BIO sera précisé dans le libellé du plat.



Le picto Local indique un produit issu du terroir de proximité entre le producteur et notre cuisine.

P.A. n°2





Plat végétarien



Label rouge







AU PLUS PRÈS DES TERRITOIRES

Semaine n°05 : du 31 Janvier au 4 Février 2022 CHANDELEUR

| | | LUNDI | MARDI | MERCREDI | JEUDI | VENDREDI | RESTU |
|---|-----------------|--------------------------|-------------------------|--|------------------------------------|----------------------------------|---|
| | ENTRÉE | Perles citron coriandre | Céleri rémoulade | Salade de pommes de terre sauce tartare | Potage de légumes ou Betteraves | Saucisson sec * | JOHN DEPORTS OF |
| | PLAT & | Cordon bleu | Croq végétarien | Palette de porc braisée * | Sauté de bœuf strogonof | Filet de colin sauce normande | TOUT SAVOIR SUR NOS RECETTES |
| | ACCOMPAGNEMENT | Purée de potiron | Carottes BIO à la crème | Petits pois cuisinés * | Poêlée de légumes | Riz créole BIO | Calada adada wa asanta a |
| | PRODUIT LAITIER | Emmental B ₁₀ | Vache qui rit | Fromage frais sucré | Edam B10 | Pont l'Evêque 🌘 | Salade coleslaw: carottes, chou blanc, mayonnaise / Salade western: haricots rouges maïs |
| | DESSERT | Clémentine | Crème dessert chocolat | Compote pomme banane | Crêpe de la chandeleur | Pomme | Touges mus |
| F | .A. n°3 | | | | | | * contient du porc |

Semaine n°06 : du 7 au 11 Février 2022

| | | Schlane ii 00 . da 7 da 11 levilei 2022 | | | | | |
|--|-----------------------|---|----------------------------------|-----------------------|---|----------------------------------|--|
| | | LUNDI | MARDI | MERCREDI | JEUDI | VENDREDI | concernent l'ingrédient |
| | ENTRÉE | Potage de légumes ou macédoine BIO mayonnaise | Salade coleslaw | Salade western | Salade verte | Salade de riz, maïs, poivrons | majoritaire de la recette. |
| | PLAT & ACCOMPAGNEMENT | Tortis bolognaise | Emincé de dinde au miel épicé | Tarte au fromage | Parmentier de lentilles corail et carottes | Filet de colin pané citron | Le picto BIO indique une recette respectant les exigences du réglement CE n°889/2008. Pour les |
| | | *** | Semoule B10 | Julienne de légumes | *** | Chou-fleur BIO persillé | recettes contenant moins de 100% de produits BIO, l'ingrédient BIO sera précisé dans le libellé du plat. |
| | PRODUIT LAITIER | Comté 🔵 | Bûchette mi chèvre | Fondu président | Yaourt nature sucré | Gouda | LOCAL Le picto Local indique un produit |
| | DESSERT | Orange B10 | Fromage blanc aux fruits | Pomme B _{I0} | Moelleux au citron | Banane | issu du terroir de proximité entre le producteur et notre cuisine. |
| | P.A. n°4 | | | | → | | Linkidel A I I |





Plat végétarien









Semaine n°07 : du 14 au 18 Février 2022

| | LUNDI | MARDI | MERCREDI | JEUDI | VENDREDI | RESTU |
|-----------------------|------------------------|----------------------------------|-------------------------------------|---|-------------------------------------|--|
| ENTRÉE | Chou rouge vinaigrette | Betterave ou potage de | Macédoine de légumes mayonnaise | Salade de pommes de terre à l'échalote | Céleri sauce fromage blanc curry | NOW DEVENIE BY SUPERIOR |
| DIAT a | Bœuf mironton | Filet de colin sauce armoricaine | Tajine de volaille à l'orientale | Nuggets de blé VÉGÉ | Cassoulet * | TOUT SAVOIR SUR NOS RECETTES |
| PLAT & ACCOMPAGNEMENT | Carottes braisées B10 | Riz créole | Boulgour BIO | Haricots verts | *** | |
| PRODUIT LAITIER | Yaourt aromatisé | Vache qui rit | Saint Nectaire | Brie B10 | Emmental BIO | Duo d'hiver vinaigrette aux agrumes : carotte, radis blanc vinaigrette aux agrumes |
| DESSERT | Barre bretonne | Clémentines | Flan vanille | Pomme | Purée pomme fruits rouges | 30.5 |
| P.A. n°5 | | <u> </u> | <u> </u> | | | * contient du porc |

Semaine n°08 : du 21 au 25 Février 2022

| | LUNDI | MARDI | MERCREDI | JEUDI | VENDREDI | concernent l'ingrédient |
|--------------------------|------------------------|--------------------------------|-------------------------------------|--|--|--|
| ENTRÉE | Crêpe au fromage | Chou blanc aux raisins | Salade de riz poivron maïs | Salade verte ou Potage Bio potiron | Duo d'hiver vinaigrette aux agrumes | majoritaire de la recette. |
| NAT | Poulet rôti | Boulettes de bœuf sauce tomate | Rôti de porc sauce charcutière * | Blé BIO aux haricots rouges façon chili | Filet de poisson au eurry | Le picto BIO indique une recette respectant les exigences du réglement CE n°889/2008. Pour les |
| PLAT & ACCOMPAGNEMENT | Petits pois cuisinés * | Pommes de terre rissolées | Poêlée de légumes | *** | Pâtes torti BIO | recettes contenant moins de 100% de produits BIO, l'ingrédient BIO sera précisé dans le libellé du plat. |
| PRODUIT LAITIER | Cotentin | Camembert \$10 | Fraidou | Fromage blanc sucré | Mimolette | LOCAL Le picto Local indique un produit |
| DESSERT | Orange | Mousse au chocolat | Cocktail de fruits coupelle | Tarte aux poires | Banane BIO | issu du terroir de proximité entre le producteur et notre cuisine. |
| P.A. n°1 | | | | <u> </u> | | - Marianti A I I |



Plat végétarien









Semaine n°09 : du 28 Février au 4 Mars 2022

CENDRES MARDI GRAS

| | LUNDI | MARDI | MERCREDI | JEUDI | VENDREDI | NEW DEVENUE ON SUPER-BERGS |
|-----------------|--|--------------------------------|---|--------------------------------------|--|---|
| ENTRÉE | Potage de légumes ou macédoine mayonnaise | Salade verte B10 | Chou fleur vinaigrette ou potage de légumes | Salade coleslaw | Salade de pommes de terre sauce tartare | |
| PLAT & | Sauté de porc au caramel * | Parmentier de carotte au boeuf | Tajine de légumes aux pois chiches et semoule | Omelette B10 | Filet de colin sauce normande | TOUT SAVOIR SUR NOS RECETTES |
| ACCOMPAGNEMENT | Riz créole BIO | *** | *** VÉGÉ | Pâtes farfalle façon milanaise | Haricots beurre | Salade coleslaw: carotte, chou blanc mayonnaise |
| PRODUIT LAITIER | Pavé 1/2 sel | Vache qui rit | Yaourt sucré BIO | Fromage frais ail et fines herbes | Tome blanche | /Salade tricolore: pâtes tricolores, olives / Pâtes farfalle façon milanaise: |
| DESSERT | Crème dessert vanille | Beignet de mardi gras | Kiwi B <u>10</u> | Flan nappé caramel | Poire | pâtes, sauce tomate, champignons |
| P.A. n°2 | | | | | | * contient du porc |

Semaine n°10 : du 7 au 11 Mars 2022

| | LUNDI | MARDI | MERCREDI | JEUDI | VENDREDI | Les labels de qualité (sauf BIO) concernent l'ingrédient majoritaire de la recette. |
|--------------------------|--|-----------------------------|----------------------------------|------------------|-------------------------|--|
| ENTRÉE | Salade tricolore | Concombre ciboulette | Betterave | Céleri rémoulade | Pâté de campagne * | B 10 |
| | Cordon bleu de volaille | Nugget's de blé | Palette de porc à la diable * | Goulash de bœuf | Colin pané citron | Le picto BIO indique une recette respectant les exigences du réglement CE n°889/2008. Pour les |
| PLAT & Accompagnement | Petits pois au jus | Purée de pommes de terre | Lentilles cuisinées | Semoule Bro | Carottes persillées BID | recettes contenant moins de 100% de produits BIO, l'ingrédient BIO sera précisé dans le libellé du plat. |
| PRODUIT LAITIER | Emmental B IO | Cantal 🍮 | Yaourt aromatisé | Edam B10 | Brie B <u>T</u> 0 | LOCAL Local indicates and distributions of the local indicates and distributio |
| DESSERT | Orange | Liégeois vanille | Cocktail de fruits | Purée de pommes | Banane BIO | Le picto Local indique un produit issu du terroir de proximité entre le producteur et notre cuisine. |
| PA n°3 | and the same of th | | · | | | |

P.A. n°3







Label rouge







AU PLUS PRÈS DES TERRITOIRES

Semaine n°11 : du 14 au 18 Mars 2022

| | LUNDI | MARDI | MERCREDI | JEUDI | VENDREDI 📗 |
|--------------------------|--------------------------|--|--------------------------|------------------------------|-------------------------|
| ENTRÉE | Macédoine de légumes | Salade bicolore (Carotte BIO) | Salade arlequin | Salade verte | Salade de blé fantaisie |
| NAT - | Lasagnes à la bolognaise | Dahl de lentilles corail et RIZ BIO | Pizza au fromage | Sauté de dinde à la crème | Colin meunière citron |
| PLAT & ACCOMPAGNEMENT | *** | *** | Haricots verts persillés | Chou-fleur au paprika | Mitonnée de légumes |
| PRODUIT LAITIER | Fromage blanc sucré | Edam | Fraidou | Pont L'Evêque | Carré frais |
| DESSERT | Pomme BID | Crème dessert caramel | Banane B <u>T</u> O | Brownies | Kiwi |
| P.A. n°4 | | | | | ALC: NO. |

TOUT SAVOIR SUR NOS RECETTES

Salade bicolore: carotte, radis / Salade arlequin: p. de terre, petits pois, maïs / Salade de blé fantaisie: blé, tomate, maïs / Méli mélo de crudités vinaigrette au raisin: carotte, céleri vinaigrette au jus de raisin

* contient du porc

Les labels de qualité (sauf BIO) concernent l'ingrédient majoritaire de la recette.

Le picto BIO indique une recette respectant les exigences du réglement CE n°889/2008. Pour les

recettes contenant moins de 100% de produits BIO, l'ingrédient BIO sera précisé dans le libellé du plat.

Le picto Local indique un produit issu du terroir de proximité entre le producteur et notre cuisine.

Semaine n°12 : du 21 au 25 Mars 2022

| | | | | Les rivières en Charente 🌉 🍱 | | L |
|--------------------------|--------------------------------|-------------------------|----------------------------------|--|------------------------|----|
| | LUNDI | MARDI | MERCREDI | JEUDI DE P | VENDREDI | С |
| ENTRÉE | Taboulé | Coquillettes au basilic | Radis beurre | Méli Mélo de crudités BIO vinaigrette au raisin | Betterave ciboulette | B |
| DIATO | Boeuf printanier | Croq végétarien | Jambalaya de poulet (Riz BIO) | Filet de colin sauce mouclade | Saucisse de Toulouse * | r |
| PLAT & ACCOMPAGNEMENT | Carottes braisées BTO | Epinards béchamel | *** | Pommes vapeur | Purée de pois cassés | r |
| PRODUIT LAITIER | Camembert | Yaourt nature sucré | Brie | Bûchette mi chèvre | Edam | |
| DESSERT | Cocktail de fruits coupelle | Pomme | Flan vanille | Millas charentais | Poire | is |

P.A. n°5



Plat végétarien



Label rouge





Pêche responsable

