

## Menus du mois de Mars 2019

(sous réserve d'approvisionnement)

	LUNDI	MARDI	JEUDI	VENDREDI	
 <p>En Mars les légumes et fruits de saison sont :</p>  <p>La pomme</p>  <p>Les épinards</p>  <p>Les carottes</p> <p><b>Nous découvrons :</b></p>  <p>L'eau à l'état solide</p>	Rosette Sauté de boeuf au romarin Semoule Choux romanesco mornay Bûche de chèvre à la coupe Fruit de saison	Carottes râpées Boulettes de bœuf à la provençale Spaghettis Jardinière de légumes Chanteneige Crème dessert caramel	Endives vinaigrette aux dés de brebis Rôti de porc au jus Petits pois Potiron sautés Yaourt aux fruits	Betteraves vinaigrette Falafel de pois chiches et Ketchup Purée de panais Gnocchis Gouda Tarte au cacao	
	Du 04 au 08	Mélange harmonie (scarole, chou rouge) Chili con carné <b>Riz de camargue</b> Haricots beurres Cotentin Liégeois vanille	Pizza Quenelles sauce aurore Carottes Semoule Yaourt sucré Fruit de saison	Salade de penne parisienne (tomates, maïs, oignons) <b>Escalope de poulet aux herbes</b> Epinards mornay Riz Emmental à la coupe Fruit de saison	Coleslaw Filet de merlu sauce orientale Boulgour Brunoise de légumes Tartare Ananas au sirop
	Du 11 au 15	Taboulé Omelette fraîche Choux fleur à la crème Tortis Chantailou Fruit de saison	Radis râpés Saucisse de Toulouse Lentilles au jus Champignons à la crème <b>Saint Marcellin à la coupe</b> <b>Navette (Région PACA)</b>	Batavia Bœuf gardian Pommes noisette Fondue de poireaux Fromage blanc nature <b>Gelée de groseille (eau à l'état solide)</b>	Quiche au fromage Filet meunière et citron Jeunes carottes persillées Patates douces Rondelé Fruit de saison
	Du 18 au 22	Salade verte <b>Raviolis potimarron et emmental à la crème</b> Crème anglaise Madeleine	Tapenade noire sur toast Cordon bleu Poêlée hivernale (brocolis, champignons et haricots verts) Pommes boulangères Edam Fruit de saison	Accras de morue Braisé de bœuf à l'échalote Haricots verts à l'huile d'olive Semoule Gouda Fruit de saison	Kouki en salade Moqueca de colin (lait de coco) Riz Choux romanesco Camembert à la coupe Compote
	Du 25 au 29				

Information allergènes : présence possible de céréales contenant du gluten, de crustacés, d'œufs, de poissons, d'arachide, de soja, de lait et produits à base de lait, de fruits à coque, de céleri, de moutarde, de sésame, de l'anhydride sulfureux et sulfites dans nos ateliers.



Pâtisseries et plats complets faits "maison"



Nos menus respectent la saisonnalité des fruits et légumes frais



Produits issus de l'Agriculture Biologique



100% de nos fruits sont locaux (<160 km) (excepté les fruits exotiques et agrumes)