

MENU GARIDECH

Semaine n°40 : du 28 Septembre au 2 Octobre 2020

REPAS VEGETARIEN



TOUT SAVOIR SUR NOS RECETTES

Semoule fantaisie: semoule, tomate, maïs
Salade Western: haricots rouges, maïs, poivrons
Salade Antillaise: riz, poivrons, ananas

| | LUNDI | MARDI | MERCREDI | JEUDI | VENDREDI | |
|-----------------------|--------------------------|---|----------|---------------------------|---|-----------------------------|
| ENTRÉE | Salade Arlequin B | Concombre vinaigrette | | Carottes râpées | Pâté de foie <i>S/porc : œuf dur mayonnaise</i> | |
| PLAT & ACCOMPAGNEMENT | Cordon bleu | Riz à la cantonnaise B A | | | Paleron de bœuf sauce barbecue | Filet de colin sauce citron |
| | Pêlé mêle provençal | (Plat complet sans viande) | | Pâtes papillons B | Purée de brocolis | |
| PRODUIT LAITIER | Mimolette | Bûchette mi chèvre | | Cotentin | Camembert | |
| DESSERT | Prunes | Crème dessert vanille | | Compote de pomme coupelle | Banane B | |

Semaine n°41 : du 5 au 9 Octobre 2020

REPAS VEGETARIEN

| | LUNDI | MARDI | MERCREDI | JEUDI | VENDREDI | |
|-----------------------|----------------------|--|----------|--------------------------|--------------------------------|-----------------------|
| ENTRÉE | Macédoine mayonnaise | Tomate basilic | | Salade verte BIO | Salade Antillaise B | |
| PLAT & ACCOMPAGNEMENT | Lasagnes bolognaise | Tajine de légumes aux figues, pois chiches et semoule A B | | | Omelette au fromage BIO | Colin meunière citron |
| | (Plat complet) | *** | | Petits pois BIO | Carottes à la crème | |
| PRODUIT LAITIER | Yaourt nature | Emmental | | Brie BIO | Vache qui rit | |
| DESSERT | Pomme B | Crêpe au sucre | | Yaourt nature BIO | Poire | |

A

En gras les plats contenant du porc

B bio
1 élément bio/jour + 12 repas bio/an

L Local
Nos viandes proviennent de notre fournisseur " Bousquet " et les fruits du " Vergers des Bosquet " (du Tarn) lorsque l'approvisionnement le permet

Menu validé en commission menu

L Circuits courts/ Produits locaux **M** maison **B** bio **A** Alternatif



Ansamble
UNE ALIMENTATION SAINE & NATURELLE
AU PLUS PRÈS DES TERRITOIRES