

# MENU GARIDECH

Semaine n°46 : du 9 au 13 Novembre 2020



	REPAS VEGETARIEN				
	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
ENTRÉE	Chou fleur vinaigrette <b>B</b>	Salade verte <b>B</b>		Salade coleslaw	Pâtes au basilic
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	<b>Chili de légumes et riz</b> <b>A</b>	Hachis Parmentier		Poulet rôti	Beignets de poisson
	<b>(Plat complet sans viande)</b>	<b>(Plat complet)</b>		Poêlée de légumes	Epinards à la crème
PRODUIT LAITIER	Yaourt nature sucré	Cotentin		Carré fromager	Gouda
DESSERT	Poire	<b>Mousse au chocolat</b>		Compote pomme banane <b>B</b>	Kiwi <b>B</b>

TOUT SAVOIR SUR NOS RECETTES

Salade coleslaw: carotte, chou blanc, mayonnaise  
Semoule fantaisie: semoule, tomate, maïs  
Kirschmichel mit schokolade: clafoutis chocolat et cerises noires

Semaine n°47 : du 16 au 20 Novembre 2020

	REPAS VEGETARIEN				
	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
ENTRÉE	<b>B bio</b> Céleri rémoulade BIO	Macédoine		<b>Emincé de chou rouge cuit vinaigrette au jus de pommes</b> <b>B</b>	Semoule fantaisie <b>B</b>
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Sauté de bœuf sauce brune BIO	Filet de colin sauce crevettes		<b>Rôti de porc sauce aux prunes</b> <i>S/porc :Omelette aux fines herbes</i>	Emincé de dinde au curry
	Carottes braisées BIO	Riz créole <b>B</b>		<b>Spaetzle</b>	Chou-fleur persillé
PRODUIT LAITIER	Yaourt BIO	Edam		<b>Fondu président</b>	Camembert
DESSERT	Madeleine BIO	Poire		<b>Kirschmichel mit Schokolade</b> <b>M</b>	Flan nappé caramel

Escapade gourmande en Allemagne

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 PRES DES TERRITOIRES