




MENU GARIDECH

Semaine n°48 : du 23 au 27 Novembre 2020

REPAS VEGETARIEN





	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
ENTRÉE	Crêpe au fromage	Carottes râpées vinaigrette		Salade verte	Betterave et mâche
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	 Sauté de poulet sauce vallée d'Auge	 Tortis bolognaise B		Tajine de légumes aux pois chiches et boulgour A B	Blanquette de poisson
	Petits pois	(Plat complet)		(Plat complet)	Riz coloré B
PRODUIT LAITIER	Yaourt nature sucré	Coulommiers		Fromage frais sucré	Mimolette
DESSERT	Kiwi B	Crème dessert chocolat		Flan pâtissier	Compote de pomme pruneaux coupelle

TOUT SAVOIR SUR NOS RECETTES

Salade coleslaw: carotte, chou blanc mayonnaise
Salade Arlequin: p. de terre, maïs, poivrons

Semaine n°49 : du 30 Novembre au 6 Décembre 2020

REPAS VEGETARIEN

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
ENTRÉE	Haricots vert vinaigrette B	Salade Arlequin		B bio Betteraves ciboulette BIO	Salade coleslaw B
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Palette de porc <i>S/porc : Escalope de dinde</i>	Colin pané citron		Omelette BIO	 Sauté de bœuf stroganoff
	Lentilles	Carottes braisées B		Coquillettes BIO	Purée de p. de terre
PRODUIT LAITIER	Pavé 1/2 sel	Fromage frais sucré		Yaourt BIO	Brie
DESSERT	Flan vanille	Clémentines		Pomme BIO	Mousse au chocolat

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



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



Ansamble
UNE ALIMENTATION SAIN & NATURELLE
AU PLUS PRES DES TERRITOIRES