



S13	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi Repas végétarien
<b>Entrée</b> 	Taboulé	-		-	-
<b>Plat Principal</b> 	<b>Knacks de volaille</b> SV : Falafels bio	<b>Poisson pané</b>		<b>Jambon grill*</b> SP : Rôti de dinde SV : Omelette	<b>Chili de poisson</b>
<b>Légume/Féculent</b> 	<b>Petits pois</b>	<b>Carottes bio persillées</b>		<b>Purée de pommes de terre</b>	<b>Riz</b>
<b>Produit laitier</b> 	-	<b>Yaourt fermier sucré</b>		<b>Coulommiers bio (coupe)</b>	<b>Yaourt vanille bio</b>
<b>Dessert</b> 	<b>Purée de fruits bio</b>	<b>Fruit</b>		<b>Liégeois chocolat</b>	<b>Muffin nature aux pépites de chocolat</b>

« Les menus sont à titre indicatif et sont susceptibles d'être modifiés »

**Légende**

- Produit issu de l'agriculture biologique
- Région Ultrapériphérique
- Indication géographique protégée
- Produit local / circuit court
- Appellation d'origine protégée
- Viande Française
- Filière marine engagée
- Recette du Chef
- Issus du commerce équitable
- Certifications environnementales

SV/ SP : Sans viande / Sans porc

\* Présence de porc

**Choix de la semaine :**

- Entrée : Potage de légumes
- Légumes : Purée de potiron



La carotte est le deuxième légume le plus consommé en France. Elle possède de nombreuses vertus. Elle est source de vitamines qui favorisent la bonne santé de nos muscles et de notre peau. Il en existe plusieurs variétés : blanche, violette, jaune ou orange, les goûts changent selon les couleurs. Plus la couleur de la carotte est foncée, plus ses propriétés nutritives sont intéressantes.



Tous nos plats sont susceptibles de contenir les 14 allergènes suivants : céréales contenant du gluten (seigle, blé, orge, avoine, épeautre, kamut), crustacés, œufs, poissons, arachides, soja, lait, fruits à coque, céleri, moutarde, sésame, anhydride sulfureux et sulfites, lupin et mollusques.