



Menus du 13 au 17 Octobre 2025
Semaine des DOM -TOM

S42	Lundi La Réunion	Mardi La Martinique	Mercredi	Jeudi La Guadeloupe Repas végétarien	Vendredi
Entrée 	-	Samoussa de légumes	-	Salade des tropiques (Carotte , céleri , ananas, gingembre)	
Plat Principal 	Rougail de saucisse de volaille	Colombo de porc* bio	Bolognaise de bœuf	Cari de lentilles bio	
Légume/Féculent 	Purée de pommes de terre	Carottes aux épices douces	Torsades	Riz bio	
Produit laitier 	Yaourt fermier vanille	-	Gouda	-	
Dessert 	Beignet ananas	Flan vanille nappé caramel bio	Fruit	Fruit bio	

Légende

Produit issu de l'agriculture biologique

Produit local

Viande Française

Pêche responsable

Région Ultrapériphérique

Indication d'origine protégée

Appellation d'origine contrôlée

Recette du Chef

Issus du commerce équitable

Certifications environnementales

* Présence de porc

Repas sans viande :

- Lundi : Rougail de poisson
- Mardi : Hoki sauce colombo
- Mercredi : Torsades aux légumes du soleil et pois chiches

Repas sans porc :

- Mardi : Colombo de poulet

Choix de la semaine :

- Entrée: Concombre à la crème
- Légumes : Épinards à la crème

Cette semaine, une petite escale à la Réunion pour déguster, « sous les tamaris », un régal de rougail de saucisses !
Au parfum des îles, aux couleurs métissées comme sa population africaine, chinoise, indienne et européenne harmonieusement réunie.



Les groupes alimentaires

Fruits et Légumes

Viandes, poisson œufs

Féculents

Matières grasses

Produits laitiers

Produits sucrés