

lundi

29-oct



betteraves rouges



blanquette de veau



riz

tomme de montagne



poire



radis chinois râpés



poulet rôti



haricots verts



riz au lait



vendredi

02-nov

salade verte



lasagne



bleu



fruits au sirop



mercredi

31-oct



soupe de "sorcière"



poisson pané



carottes



saint nectaire



fruit

réalisé dans nos cuisines



matière produite sur notre territoire



matière produite en Auvergne



plat réalisé à partir de produits bio



produit de saison

légumes ou fruits crus pour l'apport de vitamines et fibres

viandes, oeufs ou poissons pour l'apport de protéines

légumes et fruits cuits pour l'apport de fibres et vitamines

féculents pour l'énergie de la journée (sucres lents)

produits laitiers pour apport en calcium

produits sucrés pour l'énergie immédiate (sucre rapides)

en option à ne pas négliger : le pain

Menus et informations sur la provenance
donnés à titre indicatif susceptible de
modifications liés à d'éventuels soucis
d'approvisionnements



