

lundi

05-nov

salade de risettis



poisson

gratin de courgettes



emmental



orange



jeudi

08-nov

terrine

sauté d'agneau



carottes et navets



samos



banane

mardi

06-nov

salade d'endives et maïs



saucisse



flageolets



crème caramel



vendredi

09-nov

salade verte



rôti de porc



lentilles

cantal



compote



mercredi

07-nov

salade de choux blanc à la pomme



sauté de volaille à la crème



riz

fromage de chèvre

ananas au sirop



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

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

produits laitiers pour apport en calcium

produits sucrés pour l'énergie immédiate (sucres 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

