

lundi

12-nov

rilette de volaille

poisson

poireaux à la crème et riz

duo de Saint Nectaire: laitier et fermier

raisins noirs

La découverte

jeudi

15-nov

salade d'endives au gouda de 1000 jours

noix de joue de porc

coquillettes et champignons

crème à l'abricot

mardi

13-nov

carottes râpées

bœuf braisé

blé pilaf

brie de meaux

salade de fruits

des fromages

vendredi

16-nov

salade strasbourgeoise

poulet rôti

choux fleurs

crottins de chèvre, deux affinages

clémentine

mercredi

14-nov

mâche

steak haché de veau

jardinière de légumes

faiselle

poire







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

