



Les menus du 3 au 28 septembre 2018

Régime sans lait et produits laitiers de vache

Dates	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Du 3 au 7 septembre semaine 36	Salade verte BIO Raviolis au boeuf sauce tomate Compote Palmier	Pizza au chèvre Poulet LR Poellée ratatouille Fruit de saison BIO	Melon charentais Spaghettis bolonaise (boeuf BIO PL, SANS emmental râpé) Compote G : compote / chamonix	<u>Menu alternatif</u> Pois chiches / laitue iceberg croûtons / SANS dés de cantal Pommes vapeur / mayonnaise Crumble aux pommes sans lait	Salade de pâtes BIO Brochette de poisson pané MSC Epinards natures et croûtons Cabécou (chèvre) Fruit de saison PL Pain aux céréales
Du 10 au 14 septembre semaine 37	Tomate BIO PL en salade Saucisse PL Purée sans lait Fruit	Pizza au chèvre Flan aux p.de terre SANS crème Petits pois SANS beurre Fruit de saison BIO PL	Salade de perles Brochette de dinde / ketchup Chou fleur nature Bûche de chèvre BIO Fruit de saison PL G : chausson aux pommes / fruit	Concombre vinaigrette Filet de poisson MSC en pipérade Boulghour BIO Compote	Salade de riz PL Boeuf BIO PL bourguignon Carottes vichy Fruit de saison PL
Du 17 au 21 septembre semaine 38	Melon charentais PL Paella garnie (émincés de dinde, seiche, moules) Riz PL Compote	Taboulé (semoule BIO) Jambon LR Courgettes natures Selles sur cher AOP (chèvre) Fruit de saison PL Pain au maïs	Salade niçoise (PdeT, H. verts BIO, tomate, œuf dur, thon, olives) Tielle SdeF Fruit G : pain / chocolat / banane	Laitue Lasagnes SANS lait (boeuf BIO PL) Fruit	<u>Menu alternatif</u> Salade composée (maïs, carottes BIO râpées, SANS mozzarella, croûtons) Risotto PL Compote / palmier
Du 24 au 28 septembre semaine 39	Radis SANS beurre Ragoût languedocien (veau, PdeT, carottes, céleri, champignons, olives) Fruit	<u>Menu alternatif</u> Salade composée (pois chiches BIO, chiffonade iceberg, olives) Tielle Pêche au sirop	Betteraves Escalope panée Petits pois / carottes SANS beurre Fruit de saison BIO G : Pain / chocolat / compote	Salade coleslaw Chili con carne (boeuf BIO PL, haricots rouges, riz) Compote	Salade verte BIO / féta Parmentier de saumon SANS lait Fruit

SV : Sans viande

SP : Sans porc

PL Produit Local



LR : Label Rouge

AOP : Appellation d'Origine Protégée



SdeF : Sud de France



BIO Produit issu de l'agriculture biologique



MSC : Ecolabel pêche durable

NB : les menus sont susceptibles d'être modifiés