











## MENU DU 05/11/18 AU 09/11/18 "AIDE UE A DESTINATION DES ECOLES"

Légumes et fruits crus - Légumes et fruits cuits - Féculents - Produits laitiers - Plats protidiques

Pain de type 80 (riche en minéraux et en fibres) - Fruits et salade verte à disposition à tous les repas.

PETIT DEJEUNER		
Café, thé, chocolat, lait, pain, beurre, confiture, céréales, yaourt, fruit		
DEJEUNER	DINER	
<b>L</b> <b>U</b> <b>N</b> <b>D</b> <b>I</b>	salade bar (A,D,L,N,G)  assiette de kebab sauce blanche maison (D) frites fromage St Paulin, Mimolette ou yaourt aromatisé (D) salade de fruits 	salade de chèvre chaud ( L,N,D)  cuisses de poulet grillées aux herbes  beignets de salsifis (G,A,D) fromage ou yaourt (D) île flottante (G,D)
<b>M</b> <b>A</b> <b>R</b> <b>D</b> <b>I</b>	salade bar (A,D,L,N,G)  aile de raie aux câpres (J,D,N) ou dos de lieu au beurre blc (J,D,N)/choux frisés braisés d'auvergne (D) ou choux fleur  from AOP St Nectaire, Laguiole ou yaourt aromatisé local (D) crumble pomme rhubarbe maison (A,C,D) ou beignet aux pommes (B,A,G,D)	salade de betteraves rouges mangue (L,N)  tajine de boulettes d'agneau  semoule (A) fromage ou petit suisse nature (D) raisins
<b>M</b> <b>E</b> <b>R</b> <b>C</b> <b>R</b> <b>E</b> <b>D</b> <b>I</b>	salade bar (A,D,L,N,G)  noix de jambon au miel et orange (D,A,N) poêlée de carottes BIO (D)  fromage Montboissier, Brie ou yaourt (D) kiwis, pomme, clémentines	avocat garni (J,M,E,L,N,G) escalope de veau sauce au poivre (D,A,N)  petits pois au jus (D)  fromage ou petit suisse aux fruits (D) compote individuelle
<b>J</b> <b>E</b> <b>U</b> <b>D</b> <b>I</b>	salade bar (A,D,L,N,G)  spaghettis (A,D,G) bolognaise bœuf haché local (D,N)  fromage Savaron, Carré d'Aurillac ou fromage blanc ou faisselle locale (D) banane, clémentines, raisins noirs BIO	macédoine de légumes (G,L,N)  bruchetta au thon et tomates maison (A,D,L,J)  salade verte (N,D) fromage ou yaourt aromatisé (D) kiwis
<b>V</b> <b>E</b> <b>N</b> <b>D</b> <b>R</b> <b>E</b> <b>D</b> <b>I</b>	salade bar (A,D,L,N,G) filet de carrelet meunière (A,D,G,J) poêlée méridionale maison (salsifis, haricots plats, tomates, aubergines, poivrons....)  fromage portion (D)/ barre glacée (D) pain BIO	





