



LE MOIS D'OCTORBE DANS MON RESTAURANT



LUNDI 06 Salade de tomates bio Vinaigrette au basilic Dahl de lentilles corail bio & riz IGP Camembert bio Fruit de saison bio	MARDI 07 Salade d'endives & pommes Vinaigrette aux pommes Sauté de bœuf bio sauce basquaise Végé: Emincé de pois sauce basquaise Pommes campagnardes Fromage blanc bio & sucre Purée pomme mangue maison	MERCREDI 08 Salade verte bio Vinaigrette nature Spirales bio à la bolognaise durable Végé: Spirales bio à la mexicaine Fromage frais aux fruits bio Fruit de saison bio	JEUDI 09 Taboulé à la semoule bio Gâteau d'œuf bio sauce tomate Chou fleur bio persillé Mimolette Milkshake framboise	 VENDREDI 10 Cake aux deux fromages M Limande meunière & citron Végé: Pané mozzarella Epinards hachés bio béchamel Cantal AOC Fruit de saison bio
LUNDI 13 Potage Esaü M Emincé de volaille bio sauce marengo Végé: Œuf dur bio à l'andalouse Purée de carottes & céleri St Nectaire AOC Fruit de saison bio	MARDI 14 Salade de mâche & maïs Vinaigrette nature Coquillettes bio à l'égrené végétal sauce crémeuse aux champignons Yaourt aromatisé bio Compote de pommes bio	MERCREDI 15 Roulade de volaille & cornichons Végé: Radis et beurre Sauté de porc bio local sauce colombo Sans porc: émincé de volaille bio sauce colombo Végé: Galette tex Mex Mélange de légumes & haricots plats Carré de l'Est Riz au lait	JEUDI 16 Macédoine mayonnaise Sauté de veau BIO au miel Végé: Emincé de pois sauce blanquette Poêlée carottes, fèves & marrons Fromage blanc miel & citron Fruit de saison bio	 VENDREDI 17 Salade de chou rouge M Vinaigrette à l'échalote Pavé de merlu à la crème Végé: Bouchées azukis Mélange d'automne Bûchette mi-chèvre Cake à la purée de coing M
LUNDI 20 Haricots verts vinaigrette Vinaigrette nature Sauté de bœuf bio sauce bourgogne Végé: Emincé de pois sauce bourgogne Farfalles bio Munster AOC Fruit de saison bio	MARDI 21 Salade iceberg & croûtons Vinaigrette nature Brandade de poisson durable Végé: Hachis à l'égrené de pois Emmental bio Fruit de saison bio	MERCREDI 22 Carottes râpées bio M Vinaigrette à la ciboulette Boulettes de bœuf bio au basilic Végé: Bouchées végétariennes Semoule bio Yaourt nature bio & sucre Purée pomme vanille bio	JEUDI 23 Crêpe au fromage Sauté de porc bio local au jus Sans porc: Sauté de poulet LR au jus Végé: Croq veggie tomate Epinards hachés bio béchamel Yaourt aux fruits bio Façon brownies M	 VENDREDI 24 Salade verte bio Vinaigrette à la moutarde à l'ancienne Filet de lieu noir frais à la crème Végé: Galette italienne Riz IGP camarguais Coulommiers Fruit de saison bio
LUNDI 27 Chou fleur vinaigrette Vinaigrette Emincé de volaille bio sauce blanquette Végé: Emincé de pois blanquette Coquillettes bio Comté AOP Fruit de saison bio	MARDI 28 Concombre vinaigrette Vinaigrette à la pomme Boulgour bio, lentilles & maïs Camembert bio Fruit de saison bio	MERCREDI 29 Salade de lentilles bio Gâteau d'œuf bio Purée de carottes & de pdt douce Fromage blanc bio & sucre Liégeois à la vanille	JEUDI 30 Crèmeux frais aux radis M Jambon blanc LR Sans porc: Jambon de poulet Végé: Nuggets de blé Frites bio Tomme bio Compote de pommes bio	 VENDREDI 31 Chou rouge râpée enrobante échalote M Brandade de poisson durable polenta carotte Végé: Croq veggie tomate & gratin du sud Yaourt aromatisé vanille bio Cake aux pépites de chocolat M

NOS APPROVISIONNEMENTS SONT GARANTIS :

Bœuf local
 Volaille Label rouge
 Porc Local
 Riz Indication géographique protégée
 Banane Région ultra périphériques
 Agriculture biologique
 Poisson frais
 Label Verger Eco Responsable
 Spécialité du chef
 Plat durable
 Poisson issu la pêche durable

