

Cuisine intercommunale

Semaine du 7 au 11 janvier 2019

	Lundi	Aller-gènes	Mardi	Aller-gènes	Mercredi	Aller-gènes	Jeudi	Aller-gènes	Vendredi	Aller-gènes
Hors d'œuvre	Crème de potiron	lait	Salade de pépinettes au fromage*	gluten moutarde lait	Potage de légumes	gluten	Betteraves* aux pommes*		Salade verte* aux dés de gruyère*	moutarde lait
Plat garni	Dos de cabillaud aux moules	poisson crustacé	Haricots blancs		Œuf dur		Paëlla* végétarienne		Lentilles*	
Légumes	Boulgour* aux légumes*	gluten	Haricots verts*		Purée au brocolis*				Carottes*	
Laitage					Fromage blanc* aux framboises	lait	Gouda*			
Dessert	Pomme*		Compote*		Gâteau sec	gluten œuf	Clémentines		Galette des rois	gluten œuf

Chaque semaine un pain bio et un pain de campagne sont proposés.

(BBC) : bleu blanc cœur est une association privilégiant une alimentation basée sur l'herbe et les graines de lin oléagineux, par conséquent plus riche en OMEGA "

Toutes les viandes sont d'origine française.

* aliment bio

Affichage des 14 allergènes : Moutarde, crustacés, Poisson, œufs, soja, arachide, fruits à coque, sulfites, lait, lupin, graines de sésame, mollusques, céréales contenant du gluten, céleri.

Cuisine intercommunale

2

Semaine du 14 au 18 janvier 2019

	Lundi	Aller-gènes	Mardi	Aller-gènes	Mercredi	Aller-gènes	Jeudi	Aller-gènes	Vendredi	Aller-gènes
Hors d'œuvre	Ananas frais		Carottes* et panais * râpés	moutarde	Salade d'endive aux pommes*	moutarde	Potage aux lentilles corail* et fromage	lait	Taboulé*	gluten moutarde
Plat garni	Boulettes végétales		Filet de poisson meunière		Galette de boulgour aux pois chiches	lait gluten	Filet de poisson sauce citronnée	poisson	Omelette	
Légumes	Frites <small>crêche : purée</small>		Petits pois*		Purée au potimaron*	lait	Riz * pilaff		Chou fleur* Béchamel*	lait gluten
Laitage	Yaourt*	lait	Crêpe	lait œuf gluten	Entremets * chocolat	lait			Camembert*	lait
Dessert							Orange*		Banane	

Chaque semaine un pain bio et un pain de campagne sont proposés.

(BBC) : bleu blanc cœur est une association privilégiant une alimentation basée sur l'herbe et les graines de lin oléagineux, par conséquent plus riche en OMEGA "

Toutes les viandes sont d'origine française.

* aliment bio

Affichage des 14 allergènes : Moutarde, crustacés, Poisson, œufs, soja, arachide, fruits à coque, sulfites, lait, lupin, graines de sésame, mollusques, céréales contenant du gluten, céleri.

Cuisine intercommunale

3

Semaine du 21 au 25 janvier 2019

	Lundi	Aller-gènes	Mardi	Aller-gènes	Mercredi	Aller-gènes	Jeudi	Aller-gènes	Vendredi	Aller-gènes
Hors d'œuvre	Salade verte* / maïs*	moutarde	Bouillon au vermicelle*	gluten	Crème de courgettes*	lait	Kiwi*		Betteraves* vinaigrette	moutarde
Plat garni	Poisson pané	œuf gluten poisson	Dos de cabillaud beurre citroné	poisson lait	Steack végétal		Couscous* végétarien*		Pâtes* au pois chiches sauce tomate	gluten
Légumes	Purée crécy		Haricots verts*		Riz * créole				(emmental râpé*)	lait
Laitage	Petits suisses*	lait	Tomme de Messac*	lait			Yaourt à la fraise*	lait		
Dessert			Cocktail de fruits aux agrumes		Poire*				Clémentines	

Chaque semaine un pain bio et un pain de campagne sont proposés.

(BBC) : bleu blanc cœur est une association privilégiant une alimentation basée sur l'herbe et les graines de lin oléagineux, par conséquent plus riche en OMEGA "

Toutes les viandes sont d'origine française.

* aliment bio

Affichage des 14 allergènes : Moutarde, crustacés, Poisson, œufs, soja, arachide, fruits à coque, sulfites, lait, lupin, graines de sésame, mollusques, céréales contenant du gluten, céleri.

Cuisine intercommunale

Semaine du 28 janvier au 1 février 2019

	Lundi	Aller-gènes	Mardi	Aller-gènes	Mercredi	Aller-gènes	Jeudi	Aller-gènes	Vendredi	Aller-gènes
Hors d'œuvre	Ananas		Crème de courgette* au fromage	lait	Carottes * râpées	moutarde	Salade verte* <small>crêches: kiwi</small>	moutarde	Salade de pâtes	gluten moutarde
Plat garni	Omelette		Boulettes végétales	poisson crustacé	Dos de cabillaud dieppoise		Tartiflette végétarienne	lait	Poisson	
Légumes	Frites <small>crêches: coquillettes</small>		Lentilles*		Jardinière de légumes* maison				Haricots beurre*	
Laitage	Camembert*	lait			Chou à la crème <small>crêches: yaourt</small>	lait œuf gluten			Emmental	lait
Dessert	Compote*		Orange*				Pêche au sirop		Pomme*	

Chaque semaine un pain bio et un pain de campagne sont proposés.

(BBC) : bleu blanc cœur est une association privilégiant une alimentation basée sur l'herbe et les graines de lin oléagineux, par conséquent plus riche en OMEGA "

Toutes les viandes sont d'origine française.

* aliment bio

Affichage des 14 allergènes : Moutarde, crustacés, Poisson, œufs, soja, arachide, fruits à coque, sulfites, lait, lupin, graines de sésame, mollusques, céréales contenant du gluten, céleri.

Cuisine intercommunale

5

Semaine du 4 au 8 février 2019

Repas végétarien

	Lundi	Aller- gènes	Mardi	Aller- gènes	Mercredi	Aller- gènes	Jeudi	Aller- gènes	Vendredi	Aller- gènes
Hors d'œuvre	Pample- mousse		Carottes râpées au gouda	moutarde lait	Kiwi		Betteraves vinaigrette	moutarde	Potage aux lentilles corail	
Plat garni	Poisson pané		Filet de poisson meunière	poisson gluten œuf	Steack végétal		Pâtes au gruyère		Gratin de chou fleur et	lait gluten
Légumes	Purée crécy	lait	Riz sauce tomate		Haricots verts				pommes de terre béchamel	
Laitage	Petits suisses aux fruits	lait	Compote		Semoule au lait	lait			Brie	lait
Dessert							Poire		Clémentines	

Chaque semaine un pain bio et un pain de campagne sont proposés.

(BBC) : bleu blanc cœur est une association privilégiant une alimentation basée sur l'herbe et les graines de lin oléagineux, par conséquent plus riche en OMEGA "

Toutes les viandes sont d'origine française.

* aliment bio

Affichage des 14 allergènes : Moutarde, crustacés, Poisson, œufs, soja, arachide, fruits à coque, sulfites, lait, lupin, graines de sésame, mollusques, céréales contenant du gluten, céleri.