

Cuisine intercommunale

4

Semaine du 3 au 7 septembre 2018

Repas végétarien

	Lundi	Aller-gènes	Mardi	Aller-gènes	Mercredi	Aller-gènes	Jeudi	Aller-gènes	Vendredi	Aller-gènes
Hors d'œuvre	Carottes râpées*	moutarde	Tomate* Mozarella	moutarde	Salade de crudités*	moutarde	Melon		Betteraves* vinaigrette	moutarde
Plat garni	Pâtes *sauce tomate aux pois chiches*	gluten	Dos de cabillaud aux moules	moutarde mollusque	Filet de poisson meunière		Steack végétal		Couscous* et ses légumes	gluten
Légumes	gruyère*	lait	Purée à la courgette*	lait	Jardinière de légumes* maison		Frites			
Laitage			Fruit	lait	Crêpe	lait gluten œuf	Entremets vanille*	lait œuf	Tomme* de Messac	lait
Dessert	Compote* biscuit								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

5

Semaine du 10 au 14 septembre 2018

	Lundi	Aller-gènes	Mardi	Aller-gènes	Mercredi	Aller-gènes	Jeudi	Aller-gènes	Vendredi	Aller-gènes
Hors d'œuvre	Crêpe au fromage	lait œuf gluten	Pastèque*		Taboulé	gluten moutarde	Salade verte au fromage*	moutarde lait	Salade de pépinettes	gluten moutarde
Plat garni	Filet de poisson* meunière	poisson	Coquillettes* au thon		Œuf dur		Poisson pané	lait	Flageolets	
Légumes	Printanière de légumes			gluten	Chou fleur béchamel*	lait	Purée		Haricots verts*	
Laitage	Camembert*	lait	Fromage* blanc	lait	Gouda*	lait	Glace	lait	Petits suisses* aromatisés	lait
Dessert	Nectarine				Raisin					

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

6

Semaine du 17 au 21 septembre 2018

	Lundi	Aller-gènes	Mardi	Aller-gènes	Mercredi	Aller-gènes	Jeudi	Aller-gènes	Vendredi	Aller-gènes
Hors d'œuvre	Pamplemousse		Macédoine		Pizza au fromage	lait œuf gluten	Tomate aux dés d'emmental	moutarde lait	Salade* verte/maïs	moutarde
Plat garni	Omelette		Filet de merlu	poisson	Boulettes végétales		Lentilles*		Dos de cabillaud à la crème	gluten lait
Légumes	Riz*		Julienne de légumes curry et lait de coco	lait	Haricots beurre*		Pommes noisettes		Pâtes*	
Laitage	Yaourt * aromatisé	lait	Tomme* de Messac	lait	Brie*	lait			Poire*	
Dessert			Raisin*		Salade de fruits frais		Compote			

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

1

Semaine du 24 au 28 septembre 2018

repas végétarien

	Lundi	Aller-gènes	Mardi	Aller-gènes	Mercredi	Aller-gènes	Jeudi	Aller-gènes	Vendredi	Aller-gènes
Hors d'œuvre	Salade de riz* au thon	moutarde	Tomate* à la ciboulette	moutarde	Pamplemousse		Carottes * râpées au gouda	moutarde lait	Concombre et betteraves vinaigrette	moutarde
Plat garni	Omelette	œuf	Poisson pané	poisson gluten œuf	Crêpes au fromage	gluten œuf lait	Dos de cabillaud dieppoise	poisson crustacé lait	Pâtes * semi-complète sauce	gluten
Légumes	Haricots verts*		Petits pois* carottes*		Salade*	moutarde	Boulgour* pilaff aux courgettes*	gluten	tomate et gruyère* râpé	lait
Laitage	Emmental*	lait	Yaourt *	lait	Pont Louet*	lait			Flan* pâtissier	lait œuf gluten
Dessert	Prune*				Jus de pomme*		Poire*			

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 1 au 5 octobre 2018

	Lundi	Aller-gènes	Mardi	Aller-gènes	Mercredi	Aller-gènes	Jeudi	Aller-gènes	Vendredi	Aller-gènes
Hors d'œuvre	Kiwi	kiwi	Tomate* vinaigrette	moutarde	Taboulé à la menthe	gluten moutarde	Betteraves* vinaigrettes	moutarde	Salade verte* aux dés de fromage*	moutarde lait
Plat garni	Steack végétal		Flageolets		Poisson meunière	poisson gluten œuf	Médailon de merlu aux moules	poisson mollusque	Œuf dur	œuf
Légumes	Purée de pommes de terre		Courgettes		Salsifis		Riz* aux légumes		Purée	lait
Laitage	Petits suisses aux fruits*	lait	Tomme de Messac*	lait	Glace	lait	Fromage blanc*	lait	Raisin*	
Dessert			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

3

Semaine du 8 au 12 octobre 2018

repas végétarien

	Lundi	Aller-gènes	Mardi	Aller-gènes	Mercredi	Aller-gènes	Jeudi	Aller-gènes	Vendredi	Aller-gènes
Hors d'œuvre	Tomate* vinaigrette	moutarde	Salade aux pépinettes	moutarde gluten	Médailon de surimi <small>crêches: potage</small>	poisson	Carottes* râpées	moutarde	Concombre vinaigrette	moutarde
Plat garni	Poisson pané <small>crêches: poisson blc</small>	poisson œuf gluten	Omelette	œuf	Steak végétal aux pois chiches		Lasagnes* aux légumes	gluten	Filet de poisson blanc	poisson
Légumes	Semoule* aux dés de carotte	gluten	Chou fleur béchamel	lait gluten	Jardinière de légumes* maison				Pommes de terre	lait
Laitage	Glace vanille / chocolat	lait	Camembert*	lait			Yaourt aromatisé*	lait		
Dessert			Banane		Plateau de fruits		Gâteau sec		Poire au sirop	

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

4

Semaine du 15 au 19 octobre 2018

	Lundi	Aller-gènes	Mardi	Aller-gènes	Mercredi	Aller-gènes	Jeudi	Aller-gènes	Vendredi	Aller-gènes
Hors d'œuvre	Salade verte* au maïs*	moutarde	Betteraves* vinaigrette	moutarde	Potage* au fromage	lait	Ananas		Salade de riz*	moutarde
Plat garni	Lentilles* aux légumes*		Coquillettes aux thon	gluten	Nuggets de blé	gluten œuf	Dos de cabillaud au safran		Boulettes végétales	
Légumes				gluten	Frites crêches: purée		Purée potimaro p. de terre	lait	Haricots verts*	
Laitage	Crème au chocolat*	lait	Emmental*	lait			Yaourt*	lait	Brie*	lait
Dessert			Raisin*		Salade de fruits				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.