

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
30	31	01	02	03	04
<b>Légende</b> Menu élaboré par une diététicienne. Origine des viandes : affichage école. * : Contient une légumineuse. △ : FAIT MAISON. MSC : Label pêche durable IGP : indication géographique protégée AOP : appellation d'origine protégée	<b>Allergènes</b> ① Arachides      ⑧ Mollusques ② Céleri          ⑨ Moutarde ③ Fruits à coque ⑩ Œuf ④ Crustacés      ⑪ Poisson ⑤ Gluten          ⑫ Sésame ⑥ Lait              ⑬ Soja ⑦ Lupin            ⑭ Sulfités	FERIE	<b>MENU VIANDE NOBLE</b> Taboulé △ Bio ⑤⑨⑭ Bœuf bourguignon △ Bio ②⑤⑥⑭ Carottes Vichy △ Bio ⑥ Yaourt Bio ⑥ Fruit de saison Bio	Betteraves & fromage △ Bio ⑥⑨⑭ Pâtes au thon △ ⑤⑥⑪ Fruit de saison Bio Petit suisse Bio ⑥	Tarte aux champignons △ ⑤⑥⑨⑭ Côte de porc △ VF ⑥ P. de terre & courge au thym △ Bio ⑥ Faisselle & coulis de f. rouges ⑥ Fruit de saison Bio
06	07	08	09	10	11
<b>C'EST LA RENTRÉE</b> Haricots verts vinaigrette ⑨⑭ Steak haché de bœuf ⑥⑭ Tortis Bio sce tomate & râpé ⑤⑥ Compote Fromage Bio ⑥	<b>MENU COCOTTE</b> Chou rouge râpé vinaigrette △ Bio ⑨⑭ Omelette aux p. de terre △ Bio ⑥⑩ Brocolis à l'ail △ Bio ⑥ Fromage Bio ⑥ Fruit de saison Bio	<b>MENU VÉGÉTARIEN</b> Soupe de lég & fromage (PM) △ Bio ②⑥ Tortellinis ricotta épinards à la crème ⑤⑥⑩ Fruit de saison Bio Fromage blanc Bio ⑥	 <b>GALETTE DES ROIS</b> Carottes râpées & fromage △ Bio ⑥⑨⑭ Veau au miel & thym △ VF ⑤⑥ Petit pois aux oignons △ ⑥ Brioche des rois ③⑤⑥⑩⑭ Fruit de saison Bio	Salade verte vinaigrette △ Bio ⑨⑭ Lasagnes saumon & poireaux △ Bio ⑤⑥⑩⑪ Crème dessert Bio ⑥⑬ Fromage Bio ⑥	Pâté de campagne & cornichons ⑨⑭ Filet mignon à l'estragon △ VF ②⑤⑥ Pennes Bio ⑤⑥ Fromage Bio ⑥ Fondant au chocolat △ ⑤⑥⑩
13	14	15	16	17	18
<b>MENU VÉGÉTARIEN</b> Salade verte vinaigrette △ Bio ⑨⑭ Hachis parmentier △ Bio (égrené végétal) ⑤⑥⑨⑬ Yaourt Bio ⑥ Fruit de saison Bio	<b>LA RECETTE MOUGINOISE</b> Salade coleslaw à la fayonnaise △ Bio ②⑨⑭ Poêlée de courge butternut Bio, allumettes de jambon, chèvre frais & miel △ ⑤⑥ Chichtron △ ⑥⑩ Yaourt Bio ⑥	Salade verte & fromage △ Bio ⑥⑨⑭ Sauté de dinde VF sce curry coco △ ②⑤⑥ Riz Camarguais IGP Compote Fromage Bio ⑥	<b>C'EST L'APÉRO</b> Rosette/Brie/P. de campagne ⑤⑥ Sauté de bœuf aux olives △ Bio ②⑤⑥ Gratin de ch-fleur & p.douce △ Bio ⑤⑥ Fruit de saison Bio Yaourt Bio ⑥	Carottes râpées vinaigrette △ Bio ⑨⑭ Poisson pané ⑤⑥⑩⑪ Purée de p. de terre & céleri △ Bio ②⑥ Yaourt à la vanille Bio ⑥ Fruit de saison Bio	Choucroute △ VF ⑥⑭ Fromage Bio ⑥ Fruit de saison Bio
20	21	22	23	24	25
<b>MENU VIANDE NOBLE</b> Salade verte vinaigrette △ Bio ⑨⑭ Rôti de veau aux champignons △ VF ⑤⑥ Tagliatelles Bio ⑤⑥⑩ Yaourt Bio ⑥ Fruit de saison Bio	<b>MENU VÉGÉTARIEN</b> Soupe de potimarron* △ Bio ②⑥ Raviolis chèvre & ciboulette à la crème Bio ⑤⑥ Fruit de saison Bio Fromage Bio ⑥	Menu Choucroute au FFO. Espace sénior fermé.	<b>JOUR DU COUSCOUS</b> Couscous de poulet △ Bio VF ②⑤⑥ Fromage (PM) Bio ⑥ Fruit de saison Bio	Carottes râpées & fromage △ Bio ⑥⑨⑭ Poisson à la provençale △ MSC ⑤⑥⑪ Haricots verts poêlés ⑥ Gâteau marbré △ ⑤⑥⑩ Fromage Bio ⑥	Salade d'endive, miel & noix △ Bio ③⑨⑭ Tartiflette △ VF Bio ⑥ Tarte aux poires, sauce chocolat & chantilly △ ⑤⑥⑩⑭
27	28	29	30	31	01
Salade verte vinaigrette △ Bio ⑨⑭ Escalope à la milanaise ⑤ Patate douce rôtie au four △ ⑥ Yaourt à la vanille Bio ⑥ Fruit de saison	Soupe de lég & fromage (PM) △ Bio ②⑥ Spaghetti à la bolognaise Bio & fromage râpé △ ⑤⑥ Fruit de saison Bio Yaourt ⑥	 <b>NOUVEL AN LUNAIRE</b> Chou chinois & fromage △ Bio ⑥⑨⑭ Bœuf à l'asiatique △ Bio ⑬ Riz Camarguais IGP Compote Bio Fromage Bio	<b>MENU COCOTTE</b> Taboulé △ Bio ⑤⑨⑭ Omelette au fromage △ ⑥⑩ Courge persillée △ Bio ⑥ Fruit de saison Bio Petit suisse Bio ⑥	Salade verte & fromage △ Bio ⑥⑨⑭ Brandade de poisson à la carotte △ MSC Bio ⑥⑪ Fruit de saison Bio Yaourt Bio ⑥	Février