MOUGINS COTE D'AZUR

Menu des enfants - Novembre 2025

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
27 Légende Menu élaboré par une diététicienne. Origine des viandes : « fromage écrit. Contient une légumineuse. ☖ : Fait maison. MSC : Label pêche durable	28 Allergènes ① Céréales ② Crustacés ③ Œufs ④ Poissons ⑤ Arachides ⑥ Soja ⑦ Lait ⑧ Fruits à coque ⑨ Céleri ⑩ Moutarde ⑪ Graines de sésame ⑫ Sulfites ⑬ Lupin ⑭ Mollusques	29 Omelette	30 Omelette	31 Omelette
03 **C'EST LA RENTRÉE** Haricots verts & fromage Bio ☖ ⑥⑨⑭ Steak haché sauce tomate Bio ☖ ⑥⑭ Pommes rissolées Bio Clémentine Bio	04 **MENU VÉGÉTARIEN** Pain au maïs & houmous ☖ ⑤⑥ Pâtes semi-complètes aux légumes & fromage râpé Bio ☖ ⑤⑥ Banane Bio	05 Friand au fromage ⑤⑥ Poulet rôti à l'ail VF ☖ ⑤⑥ Brocolis poêlés Bio ☖ ⑥ Poire Bio	06 **MENU VIANDE NOBLE** Soupe de légumes, pommes de terre & fromage Bio ☖ ②⑥ Bœuf aux carottes Bio ☖ ⑤⑥ Petit pois persillés ☖ ⑥ Pomme Bio	07 Salade verte vinaigrette Bio ☖ ⑨⑭ Colin à la provençale MSC ☖ ⑤⑥⑪ Riz Camarguais IGP ⑥ Crème dessert Bio ⑥
10 **MENU VÉGÉTARIEN** Salade verte vinaigrette Bio ☖ ⑨⑭ Raviolis aux légumes du soleil sauce tomate & fromage râpé Bio ☖ ⑤⑥⑩ Yaourt à la vanille Bio ⑥	11 FÉRIÉ	12 **MENU VIANDE NOBLE** Soupe de potiron & fromage Bio ☖ ⑥ Veau marengo VF ☖ ②⑤⑥ Polenta Bio ☖ ⑥ Orange Bio	13 Betteraves vinaigrette Bio ☖ ⑨⑭ Escalope milanaise ⑤ Poêlée de p.d.t, carotte & champi Bio ☖ ⑤⑥ Banane Bio	14 Salade verte & fromage Bio ☖ ⑥⑨⑭ Poisson au citron MSC ☖ ⑤⑥⑪ Gratin de brocolis Bio ☖ ⑥ Chichtron ☖ ⑤⑥⑩
17 **MENU VIANDE NOBLE** Chou chinois vinaigrette Bio ☖ ⑨⑭ Veau à la crème & champignons VF ☖ ⑥ Gnocchis de p. de terre ☖ ⑤⑥⑩ Fromage blanc Bio ⑤	18 **MENU VÉGÉTARIEN** Soupe légumes & fromage Bio ☖ ②⑥ Quenelles sauce tomate Bio ☖ ⑤⑩ Riz Camarguais IGP ⑥ Poire Bio	19 Salade verte vinaigrette Bio ☖ ⑨⑭ Escalope de poulet aux herbes VF ☖ ⑥ Epinards & p.d.t vapeur Bio ☖ ⑥ Tarte aux pommes ☖ ⑤⑥⑩	20 JOUR DU TAJINE Tajine de poulet Bio VF ☖ ②⑤⑥ Fromage Bio ⑥ Clémentine Bio	21 Salade de blé, petit pois & fromage Bio ☖ ⑤⑥⑨⑭ Poisson pané ⑤⑧⑩⑪ Chou-fleur gratiné & p.d.t Bio ☖ ⑥ Raisin Bio
24 Salade verte vinaigrette Bio ☖ ⑨⑭ Sauté de dinde au paprika VF ☖ ⑥ Courge & patate douce au four Bio ☖ ⑤ Yaourt à la vanille Bio ⑥	25 MENU COCOTTE Carottes râpées vinaigrette Bio ☖ ⑨⑭ Omelette au fromage Bio ☖ ⑤⑥⑩ Duo de haricots persillés ☖ ⑥ Gâteau à l'orange Bio ☖ ⑤⑥⑩	26 **MENU VIANDE NOBLE** Coleslaw vinaigrette Bio ☖ ⑨⑭ Bœuf aux olives Bio ☖ ⑤⑥ Boulgour Bio ☖ ⑤⑥ Fromage Bio ⑥	27 Salade verte vinaigrette Bio ⑨⑭ Tartiflette Bio VF ☖ ⑥⑭ Compote Bio	28 Soupe potiron & fromage Bio ☖ ⑥ Pâtes à la crème & au saumon & fromage râpé Bio ☖ ⑤⑥⑪ Pomme Bio ☖