








































# Menus de la cantine Janvier 2023

Fruits et légumes Viandes, œufs, poissons Produits laitiers Féculents et légumineux

Les viandes sont à 100% d'origine française. La majorité des produits sont des produits locaux.

 Label IGP Indication Géographique protégée  Agriculture biologique  Pêche durable  Label Rouge  Label AOP

Tous les légumes sont lavés, préparés et cuisinés sur place, tout est « fait maison » sauf exception\*

	Mardi 03	Jeudi 05	Vendredi 06
	Avocat Poulet Gratin de chou-fleur Galette (boulangerie de Pexiora)	Carottes râpées + noisettes Couscous végétarien  Fromage  Clémentine 	Soupe à l'oignon Poisson  Riz camargais Pilaf  Fromage blanc 
Lundi 09	Mardi 10	Jeudi 12	Vendredi 13
Betteraves Filet de poulet Pommes de terre vapeur Poire 	Salade de pois chiches  Salade verte Lasagnes végétariennes Yaourt 	Soupe de butternut  Aiguillettes de canard Risotto  Fromage chèvre  Pommes 	Soupe de lentilles  Poisson pané  Salsifis* Mousse au chocolat 
Lundi 16	Mardi 17	Jeudi 19	Vendredi 20
Salade d'endives + noix Chili sin carne (riz  , haricots rouges) Faisselle	Soupe de laitue Tartiflette Kiwis	Velouté de légumes Bœuf Bourguignon Coquillettes  Fromage  Banane	Chou rouge Saumon grillé  Epinards à la crème Tarte aux pommes 
Lundi 23	Mardi 24	Jeudi 26	Vendredi 27
Soupe de potimarron  Lentilles  Saucisse Clémentine 	Soupe de poireau Escalope Tendre d'Oc  (jeune bovin) Purée de patates douces Bûche glacée	Chou-fleur à la crème Omelette  Gratin de blettes Yaourts 	Salade verte Moules  Frites Fromage  Pommes 
Lundi 30	Mardi 31	<b>Bonne année à tous !</b>	
Carottes râpées Spaghettis  carbonara Pommes  (Les Cheminières)	Duo de chou rouge et vert Steak haché Purée de potimarron  Fromage  Pamplemousse		

\*Sous réserve d'approvisionnement des denrées