



	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Elaboré par Sémalens
Entrée	Roulé au fromage	Concombre vinaigrette	Salade de pâtes	Pâté de campagne*	Céleri remoulade
Plat principal	Galette végétarienne	Saucisse* de Toulouse charcuterie Antoine	Sauté de dinde au poivre	Nuggets de poisson + citron	Haut de cuisse de poulet au curry
Légume Féculent	Salsifis	Lentilles cuisinées	Choux fleurs bio* persillés	Haricots beurre	Riz bio*
Produit laitier	Fromage fondu bio*	Petit suisse	Mimolette	Yaourt sucré la vache occitane	Emmental
Dessert	Maestro vanille	Fruit	Rocher noix de coco	Fruit	Compote

Notes: 'Circuit court' labels are present on 'Saucisse de Toulouse', 'Choux fleurs bio', and 'Yaourt sucré la vache occitane'.*



Les groupes d'aliments :

- Fruits et légumes
- Viandes, poissons, œufs
- Céréales, légumes secs
- Matières grasses cachées
- Produits laitiers
- Produits sucrés

* Présence de porc

* Issu de l'Agriculture biologique

Nos entrées :

Salade de pâtes : pâtes, ciboulette, tomates, maïs, vinaigrette.

Nos sauces:

Sauce poivre : poivre, échalotes, vin blanc, jus de viande, roux.

Sauce curry : curry, ail, oignons, crème, roux, bouillon, jus de viande.

Le poisson

Il permet d'apporter des protéines de bonne qualité, tout comme la viande, les œufs et les produits laitiers. C'est un élément de choix dans vos assiettes qui apporte également des vitamines et des minéraux, indispensables pour la santé.

Il est conseillé de consommer du poisson deux fois par semaine, dont 1 poisson gras (maquereau, sardine, saumon, hareng, truite fumée) car ils sont plus riches en oméga 3. Ils permettent un bon développement et fonctionnement du cerveau et du système nerveux.



Pour des raisons d'approvisionnement, Occitanie Restauration se réserve le droit de modifier certaines composantes du menu et vous remercie de votre compréhension. Conformément au décret du 17/12/2002, Occitanie Restauration vous informe que la viande de bœuf est d'origine française.

Selon l'article R.112-14 du décret du 17 avril 2015, la cuisine centrale met à disposition un repas sans les 14 allergènes réglementaires qui s'intègre dans le dispositif déployé par votre établissement. Merci d'orienter toute personne intéressée vers votre service de restauration pour en bénéficier.



Lundi

Mardi

Mercredi

Elaborés par
Sémalens

Vendredi

	Lundi	Mardi	Mercredi	Elaborés par Sémalens	Vendredi
Entrée	Salade de pommes de terre	Rosette*	Radis beurre	Salade de pois chiches	Salade verte
Plat principal	Haché de veau sauce charcutière	Escalope viennoise	Bœuf aux olives	Pâtes aux petits pois et fromage	Brandade de poisson
Légume Féculent	Brunoise	Brocolis persillés	Pommes vapeur	***	***
Produit laitier	Suisse arôme bio *	Vache qui rit	Gouda bio *	Flan nappé	Tome d'Occ Laiterie Fabre
Dessert	Fruit	Fruit	Crème dessert	Biscuit bio *	Fruit



Les groupes d'aliments :



* Présence de porc

* Issu de l'Agriculture biologique

Nos entrées :

Salade de pommes de terre : pomme de terre, tomate, vinaigrette.

Salade de pois chiche : pois chiche, poivrons, vinaigrette.

Nos sauces:

Sauce charcutière : moutarde, carottes, oignons, vinaigre, roux, jus de viande, cornichons.

Sauce aux olives : olives, carottes, oignons, jus de viande, vin blanc, roux.



L'info plus



L'homme du néolithique des plateaux d'Anatolie était un gastronome : c'est lui qui, le premier, apprécia les variétés comestibles produites par un arbuste - le pommier - apparu sur terre voici quatre-vingt millions d'années. C'est également lui qui conduira la pomme à la conquête des régions tempérées de l'Europe et, beaucoup plus tardivement, du monde.

La pomme est le troisième fruit le plus consommé dans le monde, après les agrumes et la banane et le premier consommé en France.



Pour des raisons d'approvisionnement, Occitanie Restauration se réserve le droit de modifier certaines composantes du menu et vous remercie de votre compréhension. Conformément au décret du 17/12/2002, Occitanie Restauration vous informe que la viande de bœuf est d'origine française.

Selon l'article R.112-14 du décret du 17 avril 2015, la cuisine centrale met à disposition un repas sans les 14 allergènes réglementaires qui s'intègre dans le dispositif déployé par votre établissement. Merci d'orienter toute personne intéressée vers votre service de restauration pour en bénéficier.

Restaurant scolaire

Menus du 12 au 16 Octobre

LA SEMAINE DES SAVEURS



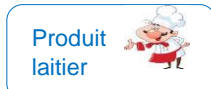
Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi



Ouf dur mayonnaise

Sauté de dinde au jus

Poêlée de légumes à la coriandre

*Fromage blanc nature bio **

Crème de marron

Tomate croque au sel

Haché de bœuf sauce aigre douce

Purée

Coulommier à la coupe

Fruit

Chou rouge vinaigrette

Jambon grill au jus*

Semoule à la menthe

Lait gélifié vanille

*Fruit bio**

Quiche volaille

Poisson pané + citron

Courgettes au cumin en béchamel

Mont de Lacaune Laiterie Fabre

Mousse chocolat

Carottes râpées aux raisins secs

Boulettes tomates mozzarella sauce tomate

*Riz bio**

Edam

Tarte pomme rhubarbe



Les groupes d'aliments :



* Présence de porc

*Issu de l'Agriculture biologique



La semaine du goût permet de proposer aux enfants l'exploration des sens gustatifs. C'est un événement placé sous le haut patronage du ministère de l'agriculture et de l'alimentation. Il permet de sensibiliser les consommateurs aux différents aspects de l'alimentation.

Nos sauces:

Sauce aigre douce : ananas, soja, jus et bouillon de viande, tomate pelée, sucre, ail, vinaigre.

Sauce tomate : tomate, oignon.

NOS GARNITURES :

Poêlée de légumes : Petits pois, pommes de terre, jeunes carottes, haricots coupés, oignons émincés.



Pour des raisons d'approvisionnement, Occitanie Restauration se réserve le droit de modifier certaines composantes du menu et vous remercie de votre compréhension. Conformément au décret du 17/12/2002, Occitanie Restauration vous informe que la viande de bœuf est d'origine française. Selon l'article R.112-14 du décret du 17 avril 2015, la cuisine centrale met à disposition un repas sans les 14 allergènes réglementaires qui s'intègre dans le dispositif déployé par votre établissement. Merci d'orienter toute personne intéressée vers votre service de restauration pour en bénéficier.