

bio et local
local
Label rouge

Menus du mois d'octobre 2026



Lundi



Mardi



Jeudi



Vendredi

semaine du 1er au 2	semaine du 5 au 9	semaine du 12 au 16
	Salade de lentilles Sauté de veau aux olives 2/8 Poêlée de légumes Fromage blanc 8 carottes râpées citron/orange Filet de merlu S sauce tomate 4 Riz et épinards Fromage 8 Compote C	Carottes à l'orange Emincé de porc F sauce curry coco Riz Yaourt 8 Betteraves à la vinaigrette 10 Chili végétarien aux haricots ro Semoule 2 Fromage chanteneige 8 Fruit de saison
Concombres vinaigrette 10 Poulet rôti sauce herbes 8 Gratin de courgettes et riz complet 8/3 Salade de fruits	Salade d'épeautre aux légumes 2 Lasagnes de légumes 2/8 Riz au lait 8	Houmous et bâtonnets de légum Papillotes de cabillaud S 4 Courgettes et purée de pommes de terre 8 Fromage blanc 8
Salade de betteraves à la pomme 10 Filet de colin sauce citronnée S+F 4/8 Semoule 2 Fromage 8 Tarte aux pommes 2/8/3	Chou rouge aux pommes Saucisses Pâtes au beurre 8/2 Fruit de saison Fromage 8	Mena coaleurs d'automne Velouté de butternut Volaille aux épices Purée de patates douces et pommes de terre Bûche de chèvre Pères au four à la cannelle

F = Frais C = Conserve S = Surgelé D = Déshydraté
Viande de bœuf d'origine française
= Fait maison

VIANDES: SCA LE PRE VERT + VIANDES DU PERIGORD + PRO A PRO
FROMAGE BLANC ET LAIT DE VACHE: FERME BELARDIA
FRUITS ET LEGUMES: MANGER BIO PERIGORD + LA FERME DES AGES + LA SALEM BRAISE
PRODUITS SURGELES : RELAIS D'OR
AUTRES: PRO A PRO + U EXPRESS
PAIN: BOULANGERIES DE THIVIERS
ŒUFS: GAEC LES CAUSSES DE CESSEROU ou U express ou Salembraise

ALLERGENES ET PRODUITS A BASE DE L'ALLERGENE:
LES NUMEROS SITUÉS DANS LE MENU MENTIONNENT LA PRESENCE D'ALLERGENES DANS
1. ARACHIDES 2. CEREALES CONTENANT DU GLUTEN 3. ŒUFS 4. POISSONS
5. CRUSTACES 6. MOLLUSQUES 7. SOJA 8. LAIT 9. CELERI 10. MOUTARDE 11. GRAINES DE
12. LUPIN 13. FRUITS A COQUE 14. ANHYDRIDE SULFUREUX ET SULFITES

Bonnes
vacances