


# Menus mois d'Octobre 2021

	lundi	mardi	Mercredi	Jeudi	vendredi
1ère semaine Le 01					Carottes rapées - Maïs - <b>Emmental</b> <b>Sauté de Poulet</b> Julienne de légumes bio <b>Crème Vanille</b>
2ème semaine du 04 au 08	Salade de Haricots verts <b>Paupiette de Saumon</b> Blé <b>Fromage bio</b> - Fruit frais	Concombre <b>Steak haché de veau</b> Riz <b>Fromage blanc</b> - Compote artisanale		Betteraves <b>Pâtes Bolognaise</b> <b>Fromage bio</b> Fruits frais	<b>Choux Rouge</b> Omelette au Fromage Ratatouille Tarte Croisillons aux Abricots
3ème semaine du 11 au 15	Salade de Pâtes <b>Jambon grillé</b> Carottes Vichy <b>Fromage bio</b> - Fruits	<b>Pâté de Campagne</b> <b>Blanc de Poulet</b> Salsifis <b>Petit Suisse</b> - Fruits frais		<b>Œuf Mayonnaise</b> Duo Riz / Carottes <b>Fromage bio</b> Fruit	<b>Pastèque</b> <b>Saucisses</b> Gratin de Pommes de Terres / Potimarron Yaourt aux Fraises
4ème semaine du 18 au 22	Pamplemousse <b>Escalope de Dinde</b> Boulghour à la Tomate <b>Fromage bio</b> - Compote artisanale	Salade composée <b>Poisson</b> Purée de Pommes de Terres / Courgettes <b>Mousse chocolat</b>		<b>Salade de Lentilles</b> Lasagne de Légumes Yaourt Nature Sucré Fruit	<b>Cœur de Palmier</b> <b>Steak de Bœuf</b> Galette de Légumes <b>Fromage bio</b> / Fruit

**Légende des Couleurs :**

**Produits Laitiers**

**Légumes/Fruits**

**Féculents**

**Viande/Poissons/Oeufs**

**Produits Sucrés**

Menu Végétarien

Menu Local

**LABEL**

MSC : Poisson issu de la pêche durable

BBC : Label Bleu blanc Cœur

*Menus élaborés par Carole Moncada et Marina Denis*

*Validés par Céline Drouart - Médecin-Nutritionniste*