

# MENUS DU MOIS D'OCTOBRE 2017

(sous réserve d'approvisionnement)



En Octobre, les fruits et légumes de saison sont

**La châtaigne**

**La carotte**

**Le coing**

**Nous fêterons ...**

**Promenons-nous dans les bois !!!**

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Du 02 au 06	<p><b>Crêpe au fromage</b></p> <p><b>Goulash de bœuf</b></p> <p><b>Carottes sautées</b> </p> <p><b>Berger de Lozère</b></p> <p><b>Fruit de saison</b></p>	<p>Salade verte et dés de gouda</p> <p>Pâtes à la carbonara</p> <p>Fromage blanc aromatisé</p>	<p>Concombres vinaigrette</p> <p>Boulettes d'agneau sauce méridionale</p> <p>Lentilles</p> <p>Croix de Malte</p> <p>Petits suisses aromatisés</p>	<p>Salade de pâtes aux crudités</p> <p>Rôti de dinde</p> <p>Epinards en béchamel</p> <p>Cotentin</p> <p> <b>Fruit de saison</b></p>	<p><b>Haricots verts en salade</b></p> <p> <b>Brandade de morue</b></p> <p><b>Laitage des Cèvennes</b></p> <p><b>Fruit de saison</b></p>
Du 09 au 13 <b>Semaine du goût</b>	<p>Croisillon emmental</p> <p><b>Alouette</b> grillée</p> <p>Poêlée forestière aux <b>bolets, girolles et champignons de Paris</b></p> <p>Fromage fouetté</p> <p>Compote de pommes-coings</p>	<p>Salade d'endives aux <b>noix</b></p> <p>Paëlla d'automne (potiron, fenouil et châtaigne) au <b>riz de Camargue</b> </p> <p>Camembert à la coupe</p> <p>Yaourt sur lit <b>de myrtilles</b> </p>	<p>Mélange des <b>sous bois</b> (salade, champignons et radis)</p> <p>Steak haché aux <b>baies</b></p> <p>Pâtes</p> <p>Fromage blanc nature</p> <p><b>Miel</b></p>	<p>Bagel avec fromage frais au <b>resson</b> à tartiner</p> <p>Parmentier de canard en purée de carottes à la <b>noisette</b></p> <p>Pomme rouge</p>	<p><b>Mesclun</b></p> <p>Quenelle lyonnaise de <b>brochet</b> sauce tomate</p> <p>Bouलगour</p> <p>Tome noire</p> <p> <b>Gâteau aux marrons</b></p>
Du 16 au 20	<p><b>Pâté de campagne</b></p> <p><b>Bœuf mironton</b></p> <p><b>Pommes vapeur</b> </p> <p><b>Emmental à la coupe</b></p> <p><b>Fruit de saison</b></p>	<p>Carottes râpées</p> <p>Aiguillettes de poulet panées</p> <p>Choux romanesco à la crème</p> <p>Chanteneige</p> <p>Flan au chocolat</p>	<p>Cœur de scarole</p> <p>Gnocchis à la bolognaise de thon</p> <p>Vache picon</p> <p>Compote</p>	<p>Salade de pois chiches</p> <p>Œufs durs sauce mornay</p> <p>Courgettes sautées</p> <p>Edam</p> <p>Fruit de saison</p>	<p>Betteraves vinaigrette</p> <p>Cari de poisson</p> <p>Riz aux oignons</p> <p>Petit moulé ail et fines herbes</p> <p>Fruit de saison</p>
Du 23 au 27 <b>Vacances de la Toussaint</b>	<p>Maïs-thon</p> <p>Emincé de dinde à la diable</p> <p>Julienne de légumes</p> <p>Crème anglaise</p> <p>et Roulé au chocolat</p>	<p> <b>Salade kouki</b></p> <p> <b>Raviolis à la provençale</b></p> <p><b>Le Lozère Vache</b></p> <p><b>Fromage blanc sucré</b></p>	<p>Pizza au fromage</p> <p>Steak haché de porc</p> <p>Petits pois</p> <p>Brie à la coupe</p> <p>Fruit de saison</p>	<p>Endives et dés de fêta</p> <p>Blanquette de veau</p> <p>Riz</p> <p>Mousse au chocolat</p>	<p>Salade de pommes de terre cucumis</p> <p>Beignets de calamars</p> <p>Choux fleur béchamel</p> <p>Petit suisse sucré</p> <p>Fruit de saison</p>
Du 30/10 au 03/11 <b>Vacances de la Toussaint</b>	<p><b>Salade verte</b></p> <p> <b>Bœuf aux oignons</b></p> <p> <b>Semoule</b></p> <p><b>Seillou des Cèvennes</b></p> <p><b>Yaourt à la vanille de Lozère</b></p>	<p><b>Halloween</b></p> <p>Carottes râpées</p> <p><b>Wings de poulet</b></p> <p><b>Flan de courge au cumin</b></p> <p><b>Mimolette</b></p> <p><b>Beignet au chocolat</b></p>	<p><b>1er Novembre</b></p>	<p> <b>Cake aux olives</b></p> <p>Omelette</p> <p>Haricots verts persillés</p> <p>Emmental</p> <p>Fruit de saison</p>	<p>Radis beurre</p> <p>Dos de colin sauce bonne femme</p> <p>Pâtes</p> <p>Coulommiers à la coupe</p> <p>Liégeois à la vanille</p>

Information allergènes : présence possible de céréales contenant du gluten, de crustacés, d'œufs, de poissons, d'arachide, de soja, de lait et produits à base de lait, de fruits à coque, de céleri, de moutarde, de sésame, de l'anhydride sulfureux et sulfites dans nos ateliers.



Pâtisseries et plats complets



Nos menus respectent la saisonnalité



Produits issus de l'Agriculture



100% de nos fruits sont locaux (<150 km)



Salades et plats complets  
faits "maison"



Nos menus respectent la saisonnalité  
des fruits et légumes frais



Produits issus de l'Agriculture  
Biologique



100% de nos fruits sont locaux (à l'exception  
(excepté les fruits exotiques et agrumes)