

# MENUS DU MOIS DE MARS 2019

(sous réserve d'approvisionnement)



**En Mars les légumes et fruits de saison sont :**

La pomme

Les épinards

Les carottes

**Nous découvrons :**

L'eau à l'état solide

	LUNDI	MARDI	JEUDI	VENDREDI
<b>Du 11 Au 15</b>	Mélange harmonie (scarole, chou rouge, maïs)  Chili con carné  <i>Chili végétarien</i>  <b>Riz de Camargue</b>  Seillou  Liégeois vanille	Pizza  Quenelles sauce aurore  /  <b>Epinards mornay</b>  Yaourt fermier sucré  Fruit de saison	Salade de penne parisienne (tomates, maïs, oignons)  Escalope de poulet aux herbes  <i>Œufs durs</i>  Carottes vichy  Emmental à la coupe  <b>Fruit de saison</b>	Coleslaw  Filet de merlu sauce oriental  <i>Emincé de soja à la tomate</i>  Boulgour  Tartare  Ananas au sirop
<b>Du 18 Au 22</b>	Taboulé  Omelette  /  <b>Poêlée de légumes</b>  Berger de Lozère  Fruit de saison	Batavia  Saucisse de Toulouse  <i>Pennes à la bolognaise de lentilles</i>  Lentilles au jus  <b>Saint Marcellin à la coupe Navette (Région PACA)</b>	Radis râpés  Bœuf gardian  <i>Ragoût de pois chiches</i>  Pommes noisette  Fromage blanc nature  <b>Gelée de groseille (eau à l'état solide)</b> Acras de morue	Quiche au fromage  Filet meunière et citron  <i>Nuggets de blé</i>  Carottes à l'huile d'olives  Rondelé  <b>Fruit de saison</b>
<b>Du 25 Au 29</b>	Salade verte  <b>Raviolis</b>  <b>potimarron et emmental</b>  <b>sauce crème</b>  Yaourt nature  Crème de marrons	Tapenade noire sur toast  Cordon bleu  <i>Pané de blé et épinards</i>  <b>Brocolis à la crème</b>  Edam  <b>Fruit de saison</b>	Acras de morue  <i>Salade de lentilles</i>  Braisé de bœuf à l'échalote  <i>Tortilla de pommes de terre</i>  <b>Haricots verts à l'huile d'olives</b>  Cabécou  Fruit de saison	Carottes râpées  Moqueca de colin (lait de coco)  <i>Quenelles sauce provençale</i>  <b>Riz de Camargue</b>  Camembert à la coupe  Compote

\* La variante VEGETARIEN vous est indiquée en italique sur le menu

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.



**Produits label Indication Géographique Protégée**



**Produits label Appellation d'origine contrôlée**



**Produits locaux**



**Produits label Agriculture biologique**



**Produits locaux avec label Sud de France**