

Lundi

Menu végétarien

Salade verte mimosa (œufs durs bio)

Penne bio

sauce fromagère au **Cantal**
(crème liquide, emmental, cantal jeune, ail, Parmigiano Reggiano)



Yaourt nature bio

Orange bio

Pain du Sportif bio

(amandes, noisettes, abricots secs et raisin secs)

Lait nature

Fruit de saison



Mardi

Pain aux graines de tournesol

Carottes râpées bio,
raisins secs et **dés d'emmental**

Sauté de porc charcutière (tomate, carottes, oignons, cornichon, et moutarde)
(Plat de substitution : rôti de dinde)

Chou-fleur persillé

Eclair au chocolat

Baguette viennoise du boulanger

Yaourt

Fruit de saison



Mercredi

Pain multigraines

lin brun, lin jaune, tournesol, millet et sésame

Crème de lentilles bio

Filet de hoki sauce polynésienne
(tomate, oignon, ail, curry et lait de coco)

Haricots plats

Pont l'Evêque

Orange

Beignet chocolat et noisette
Compote de pomme et cassis



Jeudi

Pain aux graines de chia

Chou blanc au **fromage frais**

Poulet Tikka massala

(tomates, yaourt nature, cumin, gingembre, piment doux, coriandre, ail, amandes effilées)

Riz bio

Fromage blanc nature bio

Barre pâtissière

Lait nature

Fruit de saison



Pain bio produit localement

(atelier dans le 91 ; une partie de la farine provient de blés cultivés en IDF)

Ces menus et goûters sont susceptibles de modifications en fonction des arrivages, des cours ou de tout imprévu.



Toutes nos viandes sont nées, élevées et abattues en France, à l'exception de l'agneau et du veau



Poisson issu d'une pêche durable certifiée



Produit issu de l'Agriculture Biologique



Appellation d'Origine Protégée ou Indication Géographique Protégée



Label Rouge



Fruits, légumes et laitages subventionnés dans le cadre du programme d'aide de l'UE à destination des écoles



Volaille de qualité certifiée



Vendredi

Pain tomate et origan

Taboulé bio aux herbes fraîches
(semoule bio)

Steak haché de bœuf et son jus

Gratin de courgettes

Brie

Pomme bio

Baguette de pain bio

Confiture de fraise

Fruit de saison



La liste des allergènes présents dans les menus est disponible sur demande à la CDE13. Conformément au règlement CE n°1169/2011, les menus peuvent contenir les 14 substances ou produits provoquant des allergies ou intolérances : céréales contenant du gluten, crustacés, œufs, poissons, arachides, soja, lait, fruits à coque, céleri, moutarde, graines de sésame, anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10 mg/kg ou 10 mg/l, lupin, mollusques.