

# Menu

Du lundi 17 au vendredi 21 janvier 2022

## Lundi

Salade verte sauce andalouse

Filet de colin sauce méditerranéenne  
(tomate, aubergines, courgettes, poivrons, oignons, olives noires et huile d'olive)



Penne bio



Fromage blanc nature bio



Céréales nature  
Lait nature bio  
Fruit de saison



## Mardi

Méli-mélo croquant et dés d'emmental  
(blé, orge, avoine, pois, carottes, chou blanc, pomme granny, ciboulette, échalote, citron, herbes de Provence et curcuma)

Sauté de dinde label rouge au paprika (oignons, carottes, tomate, paprika)

Duo de carottes orange et jaunes

Kiwi bio



Pain  
Confiture de lait  
Fruit de saison



## Mercredi

Potage de brocolis, épinards et vache qui rit

Steak haché de bœuf bio à la moutarde



Haricots verts fins bio aux oignons



Muffin

Moelleux citron  
Fruit de saison



## Jeudi

### Menu LOCAL

Carottes râpées bio  
Île-de-France au citron



Cuisse de poulet label rouge, sauce du Chef



Quinoa bio Île-de-France



Yaourt bio abricot Île-de-France



Pain au chia  
Fromage croclait  
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 du veau (France et UE) et de l'agneau (UE / N.-Zélande)



Poisson issu d'une pêche durable certifiée



Produit issu de l'Agriculture Biologique



Appellation d'Origine Protégée ou Indication Géographique Protégée



Label Rouge



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



Volaille de qualité certifiée

## Vendredi

### Menu végétarien

Céleri bio et pomme bio au fromage frais



Riz bio à l'indienne  
(riz bio, lentilles corail, petits pois, courgettes, carottes, oignons, crème liquide, coriandre, ail et curry)



Gouda bio



Orange bio



Baguette viennoise du boulanger  
Lait nature bio  
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.