

MENU CANTINE MARS - MARCH CANTEEN MENU

		10 au 14 Mars	17 au 21 Mars	24 au 28 Mars	31 Mars au 04 Avril
lundi	Potage	Potage de navets au curry	Potage céleri rave 9 Pain gris 1	Potage à l'oignon. Pain blanc 1	Potage aux panais. Pain gris 1
	Plat	Pain blanc 1 <u>Boudin blanc sauce à l'échalote</u> 1,3,7,9,12,6,10. <u>Compote de pommes</u> <u>Pommes nature</u> Mousse au chocolat.	<u>Goulash de porc aux poivrons, carottes et champignons.</u> 1,7,9,12,3,6,10 Riz Fruits frais.	<u>Escalope de porc au romarin.</u> 1,7,9,12,3,6,10. <u>Ratatouille.</u> <u>Pommes persillées</u> Fruits frais.	<u>Spaghetti bolognaise de boeuf</u> 1,3,6,7,9,10 <u>Fromage rapé</u> 7 Fruits frais
mardi	Potage	Potage aux tomates. Pain blanc 1	Potage aux pois cassés. Pain gris 1	Potage potiron. Pain blanc 1	Potage Parmentier. Pain gris 1
	Plat	<u>Carbonade de boeuf aux pruneaux</u> 1 7,9,12,3,6,10 <u>Carottes au thym, pdt persillées</u> Mandarine.	<u>Burger de volaille à l'estragon.</u> 1,7,9,12,3,6,10 <u>Chou fleur</u> <u>Pommes persillées</u> Riz au lait 7.	<u>Filet de poulet mariné, jus de viande.</u> 1,7,9,12, 3,6,10 <u>Panais au curry.</u> <u>PDT épicées</u> Yaourt entier 7	<u>Cordon bleu de dinde, sauce aux champignons.</u> 1,7,9,12,3,6,10 <u>Chou fleur</u> <u>Purée.</u> 7,1 Liègeois 7,6
mercredi	Potage	Potage aux épinards, Pain blanc 1	Potage aux champignons. Pain gris 1	Potage cerfeuil. Pain blanc 1	Potage de chou-fleur. Pain gris 1
	Plat	<u>Pâtes sauce tomate & pesto</u> 1,7,3,4,10,11 <u>Fromage rapée</u> 7 Flan Caramel	<u>Escalope de dinde</u> 1,7,9,12,3,6,10. Epinards à la crème 7. <u>Purée</u> 7,1. Fruits frais.	<u>Chili sin carne (quorn, poivrons, maïs, haricots rouges)</u> 3 Riz Fruits frais.	<u>Curry de porc aux légumes.</u> 7 <u>Quinoa</u> Fruits frais
jeudi	Potage	Potage printanier 9. Pain blanc. 1	Potage aux carottes. Pain gris 1.	Potage aux poireaux. Pain blanc 1	VIVA ESPAÑA Potage Andalou. Pain gris 1
	Plat	<u>Filet de poulet sauce moutarde</u> 1,7,9,10,12,3,6. <u>Jardinière de légumes</u> <u>Ebly</u> 1. Banane	<u>Couscous végétarien</u> 1,3. 2 Yaourt entier 7.	<u>Fusili a l'amatriciana.</u> 1,3. <u>Fromage rapé</u> 3,7. Fromage blanc 7	<u>Tortilla Espagnole</u> 3 <u>Salade frisée</u> <u>et radis.</u> 12 Yahourt entier 7.
vendredi	Potage	Minestrone 1	Salade de tomate, huile d'olive. Pain gris 1	Bouillon de légumes 9. Pain blanc 1	Concombre et tomates cerises. Pain gris 1
	Plat	<u>Filet de merlu, sauce Boursin</u> 1,3,6,7,9,10. <u>Salade verte</u> 12 <u>Pommes rissolées.</u> 2 Yahourt nature 1,3,6,7,8.	<u>Pâtes au thon et olives</u> 1,4,3 <u>Fromage rapé</u> 7. Fruits frais.	<u>Colin pané, sauce tartare</u> 1,3,4,10,12. <u>Salade mixte</u> 12. <u>Purée</u> 7,1 Fruits frais	<u>Filet de hoki à l'estragon.</u> 1,4,7,12 <u>Fondue de poireaux</u> <u>Wedges</u> Fruits frais.

Informations Allergènes et traces éventuelles

1= gluten, 2 = crustacés, 3 = Oeuf, 4 = poissons, 5 = arachides, 6 = soja, 7 = lactose, 8 = fruits à coque, 9 = céleri, 10 = moutarde, 11 = sésame, 12 = sulfites, 13 = lupin, 14 = mollusques

Les ingrédients des repas peuvent être modifiés dans des circonstances imprévues. Les repas sont préparés dans une cuisine où de nombreux ingrédients sont incorporés.
Ceci ne permet pas d'exclure des traces d'autres allergènes