

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>Goulash de porc aux poivrons, carottes et champignons.</u> 1,7,9,12,3,6,10	<u>Escalope de porc au romarin.</u> 1,7,9,12,3,6,10.	<u>Spaghetti bolognaise de boeuf</u> 1,3,6,7,9,10	
	Dessert	<u>Compote de pommes</u> <u>Pommes nature</u> Mousse au chocolat.	Riz Fruits frais.	<u>Ratatouille.</u> <u>Pommes persillées</u> Fruits frais.	<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>Burger de volaille à l'estragon.</u> 1,7,9,12,3,6,10	<u>Filet de poulet mariné, jus de viande.</u> 1,7,9,12, 3,6,10	<u>Cordon bleu de dinde, sauce aux champignons.</u> 1,7,9,12,3,6,10
Dessert		<u>Carottes au thym, pdt persillées</u> Mandarine.	<u>Chou fleur</u> <u>Pommes persillées</u> Riz au lait 7.	<u>Panais au curry.</u> <u>PDT épicées</u> Yaourt entier 7	<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>Escalope de dinde</u> 1,7,9,12,3,6,10.	<u>Chili sin carne (quorn, poivrons, maïs, haricots rouges)</u> 3	<u>Curry de porc aux légumes.</u> 7
	Dessert	<u>Fromage rapée</u> 7 Flan Caramel	<u>Epinards à la crème</u> 7. <u>Purée</u> 7,1. Fruits frais.	<u>Riz</u> Fruits frais.	<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>Couscous végétarien</u> 1,3. 2	<u>Fusili a l'amatriciana.</u> 1,3.	<u>Tortilla Espagnole</u> 3
Dessert		<u>Jardinière de légumes</u> <u>Ebly</u> 1. Banane	<u>Yaourt entier</u> 7.	<u>Fromage rapé</u> 3,7. Fromage blanc 7	<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>Pâtes au thon et olives</u> 1,4,3	<u>Colin pané, sauce tartare</u> 1,3,4,10,12.	<u>Filet de hoki à l'estragon.</u> 1,4,7,12
	Dessert	<u>Salade verte</u> 12 <u>Pommes rissolées.</u> 2 Yaourt nature 1,3,6,7,8.	<u>Fromage rapé</u> 7. Fruits frais.	<u>Salade mixte</u> 12. <u>Purée</u> 7,1 Fruits frais	<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