

Menus du mois de Mars 2017

(sous réserve d'approvisionnement)



En Mars, Les fruits et les légumes de saison sont

Le panais

Le Kiwi

Le poireau

Nous fêterons ...

Rio de Janeiro CARNIVAL

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Du 27/02 au 03/03	Mélange hollandais (batavia, chou blanc, carottes, céleris) Couscous de poulet et ses légumes Chanteneige Fromage blanc aromatisé	Salade de pommes de terre Bœuf braisé Trio de légumes (brocolis, carottes jaunes et haricots plats) Laitage Duo de Lozère Fruit de saison	Salade de carottes cuites au cumin Galopin de veau Blé pilaf Camembert à la coupe Fruit de saison	Potage de légumes Gratin de chou fleur aux dés de jambon Tome noire Muffins aux pépites de chocolat	Endives et dés de gouda Cari de poisson Pâtes Compote
Du 06 au 10	Salade de pâtes au basilic Sauté de dinde au curry Haricots verts persillés Seillou des Cévennes Fruit de saison	Carnaval de Rio Cenoura ralador (Carottes râpées) Feijoada (plat typique à base de saucisse de porc et de haricots rouges, accompagné de riz) Palmito Samba de fruits exotique (goyave, papaye et ananas et jus de raisin)	Salade de boulgour Bœuf aux oignons Purée de salsifis Les fripons Fruit de saison	Feuilles d'épinards Croq Œuf aux dés de volaille Petits pois aux oignons Coulommiers à la coupe Crème dessert caramel	Œuche aux poireaux Dos de colin sauce provençale Pommes vapeur Vache qui rit Fruit de saison
Du 13 au 17	Laitue et dés d'emmental Steak haché au jus Purée de pois cassés Liégeois à la vanille	Mais-thon Rôti de dinde Chou romanesco Rondelé Fruit de saison	Endives vinaigrette Merguez Polenta sauce tomate Domalaite Flan au caramel	Mousse de pois chiches au cumin Sauté de porc à la sauge Duo de carottes jaunes et oranges Laitage des Cévennes Fruit de saison	Mélange farandole (scarole, chou blanc, radis, maïs) Pâtes au Saumon Saint Marcellin à la coupe Petits suisses aromatisés
Du 20 au 24	Taboulé Omelette Epinards à la crème Gouda Fruit de saison	Pâté de campagne Bœuf bourguignon Pommes noisette Lozère Vache Fruit de saison	Salade de lentilles Escalope de dinde à la moutarde Haricots beurre persillés Cantadou Compote	Potage de légumes Capellettis au Fromage Mimolette Fruit de saison	Salade kouki Filet de poisson meunière et citron Brocolis béchamel Fromage fouetté Ciafoutis poires-chocolat
Du 27 au 31	Chou blanc vinaigrette Veau marengo Boulgour Emmental à la coupe Yaourt aromatisé	Crêpe au fromage Poulet rôti au jus Poêlée de légumes (carottes, courgettes et navets) Berger de Lozère Fruit de saison	Betteraves vinaigrette Filet de hoki sauce safranée Pâtes Tartare Fromage blanc sucré	Macédoine mayonnaise Boulettes de bœuf Purée de panais Crème anglaise Biscuit	Carottes râpées Gratin de poisson Riz créole Camembert Mousse au chocolat

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.



Pâtisseries et plats complets faits "maison"



Nos menus respectent la saisonnalité des fruits et légumes frais



Produits issus de l'Agriculture Biologique



100% de nos fruits sont locaux (<160 km) (excepté les fruits exotiques et agrumes)