

		lundi 13	mardi 14	mercredi 15	jeudi 16	vendredi 17	samedi 18	dimanche 19
Ecoles		tarte régal du potager escalope de volaille <i>subst. Stains</i> purée d'épinards cantal aop pomme bio	taboulé bio palet croustillant haricots verts camembert bio prunes	carottes râpées et dés chèvre <i>entrée PN:carottes râpées</i> blanquette de poisson macaronis yaourt nature bio creme de marron <i>gouter PN:gaufre/jus orange</i>	potage maison rôti de veau forestière filet poisson beurre blanc beignets de salsifis st nectaire AOP raisin	salade automne <i>endive,batavia,crouton,fourme ambert</i> chili végétarien riz bio cupcake carottes et épices		modification j5 bio / label porc fruit frais variante menus base voir fromage en stock pour 3rivieres fruit à déterminer
	GOÛTER	pain/vache qui rit bio jus de pomme	marbré chocolat lait nature	pain/nutella banane	pain/beurre/miel puree de pomme pruneau	petits beurre yaourt à boire		
Portage/Foyers	Midi MENU 1	tarte régal du potager escalope de volaille purée d'épinards cantal aop pomme bio	salade melée palet croustillant frites fromage blanc purée pomme ananas	carottes râpées et dés chèvre blanquette de poisson macaronis yaourt nature bio creme de marron	pâté de foie(sp:pâté volaille) rôti de veau forestière beignets de salsifis st nectaire AOP raisin	salade automne potée au chou sp : volaille - cupcake carottes et épices	Potage pdt/poireaux Pizza reine* (sp : pizza fromage/tomate) Salade verte Riz au lait	Radis beurre Gigot d'agneau Flageolets Faisselle Miel et spéculos
3 RIVIERES	Soir MENU 2	Chou rouge vinaigrette omelette nature bio Poêlée ratatouille Carré frais Crème dessert	Taboulé bio Sauté de bœuf au paprika Haricots verts Camembert bio prunes	Salade de lentilles Faux filet au poivre Blettes béchamel rouy banane	Potage maison Filet de poisson beurre blanc Blé aux petits légumes Yaourt aromatisé galettes bretonnes	Œuf dur mayonnaise Chili végétarien Riz bio Petit nova nature clementines	Champignons à la grecque Nuggets de blé / ketchup Flan de courgettes petit moulé aux noix poire	Potage pois cassés Moussaka Fromage kaki
Portage	Soir	omelette nature bio Poêlée ratatouille Crème dessert	Taboulé bio Haricots verts prunes	Blettes béchamel rouy banane	Potage maison Blé aux petits légumes Yaourt aromatisé	Chili végétarien Riz bio clementines	Flan de courgettes petit moulé aux noix poire	Potage pois cassés Moussaka kaki
Crèche	Moyens 20 gr VPO	escalope de volaille cantal aop pomme bio	Sauté de bœuf au paprika camembert bio prunes	blanquette de poisson yaourt nature bio banane	rôti de veau forestière st nectaire AOP raisin	filet poisson beurre blanc Petit nova nature clementines		
	Goûter	pain/vache qui rit/puree de fruit	marbré	pain/nutella	pain/beurre/miel	petits beurre		
	Grands 30 gr VPO 120 gr lég ou féc	salade de p.de terre escalope de volaille purée d'épinards cantal aop pomme bio	Sauté de bœuf au paprika haricots verts camembert bio prunes	carottes râpées et dés chèvre blanquette de poisson macaronis yaourt nature bio crème de marron	potage maison rôti de veau forestière Blé aux petits légumes st nectaire AOP raisin	salade automne filet poisson beurre blanc riz bio Petit nova nature clementines		
	Goûter	pain/vache qui rit/puree de fruit	marbré /lait nature	pain/nutella/fruit	pain/beurre/miel/purée	petits beurre/lait nature		