

## Lundi 02 Décembre

Radis râpés

Tortillas de pommes de terre

/

Choux romanesco à la crème

Crème anglaise

Madeleine

## Mardi 03 Décembre

Jus de pommes

Couscous de boulettes de bœuf

**et ses légumes**

*Couscous de pois chiches et ses légumes*

Yaourt nature

Fruit de saison

## Jeudi 05 Décembre

Betteraves vinaigrette

Steak haché

*Chili végétarien*

Pommes de terre rissolées

Pavé de Lozère

**Fruit de saison**

## Vendredi 06 Décembre

Quiche aux poireaux maison

Pépites de colin pané aux céréales

*Pané de blé et épinards*

Carottes à l'huile d'olives

Edam

Liégeois au chocolat

## Lundi 09 Décembre

Pizza au fromage

Colin sauce maître d'hôtel

*Quenelles sauce mornay*

Purée de potiron

Gouda

**Compote de pommes**

## Mardi 10 Décembre

Potage de légumes

Tartiflette

Savoyarde

*Pané fromager et Pommes de terre*

Petit suisse sucré

Fruit de saison

## Jeudi 12 Décembre

Salade verte

Rôti de veau au jus

*Œufs brouillés*

Galettes de légumes

Cotentin

**Fruit de saison**

## Vendredi 13 Décembre

Carottes râpées

**Bolognaise de soja**

/

Riz

Camembert à la coupe

Gâteau au citron Maison

### NOS APPROVISIONNEMENTS

- Nos Viandes :**
  - 100% de nos viandes en morceaux sont françaises
  - Occitanie - Rhône-Alpes
  - Bœuf
  - Veau
  - Porc
- Nos féculents :**
  - Ravioles BIO du Vaucluse
  - 100 % de riz de Camargue IGP
  - 95% de nos pâtes conventionnelles sont de fabrication française, à partir de blé français
  - Pâtes Torti BIO de Savoie
- Farine Lou Pan d'Oc du Moulin de la Vernède**
- Produits laitiers :**
  - 2 yaourts provenant de fournisseurs locaux (Lozère) par mois
  - 1 fromage à la coupe provenant d'un fournisseur local (Lozère)

### Nos poissons issus de la pêche durable :

- Colin (brochette, cube, cœur, filet)
- Merlu (cœur, portion)
- Cabillaud
- Hoki (filet)
- Limande

Nous n'utilisons pas d'espèces menacées.

### Légumes issus de l'agriculture durable : (a minima)

- Haricots verts
- Epinards
- Haricots beurre
- Petits pois
- Oignons doux des Cévennes (label « zéro résidu de pesticides »)

### Les fruits et légumes frais, de saison et locaux sont privilégiés

Nos légumes frais, notamment en plats d'accompagnement, sont : carotte, courgette, potiron, courge, potimarron, aubergine, navet...

### Nos compotes

80 % de nos compotes sont BIO et fabriquées dans le Vaucluse; à base de pommes, poires, abricots provenant de vergers locaux 20% proviennent du Gard et sont fabriquées avec la pomme reinette du Vigan

### L'ACTUALITE DU MOIS

#### Ingrédients :

- 40gr d'emmental râpé
- 160 gr de crème fraîche
- 160g de lait
- 2 œufs
- 250gr de poireaux
- 3gr de sel
- 1gr de muscade
- 1 pâte à tarte

### TARTE AUX POIREAUX

#### Recette

- Démarrer le four à 160°C
  - Faire revenir les poireaux dans du beurre
  - Mélanger le lait, la crème, les œufs, le sel et la muscade.
- Mettre le mélange dans le fond de tarte
  - Puis les poireaux et le râpée
  - Cuire 45 minutes

Lundi 16 Décembre

Mardi 17 Décembre

Jeudi 19 Décembre

Vendredi 20 Décembre

Potage de légumes

Cappellétis au



fromage et épinards sauce tomate

Coulommiers à la coupe

Fruit de saison



Kouki

Saucisse de Toulouse

Khicheri (ragoût de riz et lentilles)

Lentilles

Vache picon

Yaourt aromatisé



Bâtonnet de mozzarella pané et salade iceberg

Mijoté de dinde en robe d'hiver (marrons - champignons)

Boulettes de soja à la tomate

Pommes pin

Sapin chocolat noir

Chocolats de Noël et Clémentine



Macédoine mayonnaise

Poisson pané et citron

Nuggets de blé

Brocolis à la crème

Lozère vache

Compote de pommes



## NOS APPROVISIONNEMENTS



### Nos Viandes :

100% de nos viandes en morceaux sont françaises  
- Bœuf  
- Veau  
- Porc

Occitanie - Rhône-Alpes



### Nos féculents :

- Raviolis BIO du Vaucluse  
- 100 % de riz de Camargue IGP



- 95% de nos pâtes conventionnelles sont de fabrication française, à partir de blé français

- Pâtes Torti BIO de Savoie



### Farine Lou Pan d'Oc du Moulin de la Vernède



### Produits laitiers :

- 2 yaourts provenant de fournisseurs locaux (Lozère) par mois  
- 1 fromage à la coupe provenant d'un fournisseur local (Lozère) par semaine



### Nos poissons issus de la pêche durable :

- Colin (brochette, cube, cœur, filet)  
- Merlu (cœur, portion)  
- Hoki (filet)

- Cabillaud  
- Limande

Nous n'utilisons pas d'espèces menacées.



### Légumes issus de l'agriculture durable : (à minima)

- Haricots verts - Epinards  
- Haricots beurre - Petits pois  
- Oignons doux des Cévennes (label « zéro résidu de pesticides »)



### Les fruits et légumes frais, de saison et locaux sont privilégiés

Nos légumes frais, notamment en plats d'accompagnement, sont : carotte, courgette, potiron, courge, potimarron, aubergine, navet...



### Nos compotes

80 % de nos compotes sont BIO et fabriquées dans le Vaucluse; à base de pommes, poires, abricots provenant de vergers locaux  
20% proviennent du Gard et sont fabriquées avec la pomme reinette du Vigan

Les approvisionnements locaux sont privilégiés sur l'ensemble de nos composantes.

## L'ACTUALITE DU MOIS

## LABEL ROUGE



Le label Rouge est un label national, il garantit un produit de qualité supérieure. À toutes les étapes de sa production et de son élaboration, le produit Label Rouge doit répondre aux exigences définies dans un cahier des charges, validé par l'Institut national de l'origine et de la qualité (INAO), un organisme indépendant.

Dans le cas des volailles : L'alimentation doit être constituée de 100% de végétaux dont minimum de 75% de céréales.

Elles sont élevées en plein air ou en liberté. L'espace est calculé et adapté en fonction des tailles et des espèces.

Pour une chair plus ferme et plus gouteuse, la durée d'élevage est plus longue. La sécurité sanitaire est contrôlée à toutes les étapes de la production.

Produit issu de l'agriculture biologique

Indication géographique protégée

Appellation d'origine protégée

Menu végétarien

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.

Des avals d'approvisionnement peuvent exceptionnellement occasionner des changements sur les produits sélectionnés.