

MENU CANTINE

Menu

Mois : Octobre 2025
 (Menu susceptible de modification sous réserve d'approvisionnement)
 Origine des viandes : France
 Tous nos fromages sont coupés au couteau (pas de prés emballé)



Dates

Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

<p>Du lundi 29 Septembre au vendredi 3 Octobre</p> <ul style="list-style-type: none"> - Céleri fromage blanc BIO (7,9,10) - Poulet basquaise LR (12) - Emincé vegetal (6) - Poêlée de poivron - Riz IGP - Compote 	<ul style="list-style-type: none"> - Cervelas (7) - Pavé poisson MSC provençale (1,4) - Omelette (3) - Poêlée de courgette BIO - Blé (1) - Yaourt Local chocolat (7) BIO 	<ul style="list-style-type: none"> - salade composée - Boulette de boeuf sauce tomate - Steak de soja (6) - Pates (1) - Flan de courgette BIO - Tarte fruits (4,7,9) 	<ul style="list-style-type: none"> - Salade de PDT & légumes BIO (3,7,10) - Petits pois carotte CE2 - Steak vegetal (6,7) - Fromage AOP (7) - Fruit sec (5) 	<ul style="list-style-type: none"> - Betterave rouge CE2 - Semoule de couscous (1) BIO - Boulette de boeuf - Falafels - Légumes couscous - Dattes
<p>Du lundi 6 au vendredi 10 Octobre 2025</p> <ul style="list-style-type: none"> - Feuilleté au fromage (1,3,7) - Boeuf bourguignon LR (12) - Emincé de Seitan (1) - Carottes BIO & champignons - Pomme de terre roties - Fruit BIO 	<ul style="list-style-type: none"> - Salade de pois chiches (10) - Bolognaise vegetale (6,7,12) - Pates (1) - Fromage AOP (7) - Salade de Fruits 	<ul style="list-style-type: none"> - salade de tomates - Cuisse de poulet LR - Boulette vegetale (6) - Petits pois CE2 - Pommes de terre éventail - Fruit BIO 	<ul style="list-style-type: none"> - velouté de butternut BIO & crouton (1,7) - Fricassé de volaille (15) - Risotto de petit épeautre (7) - Mousse au chocolat huile d'olive des Mées & piment 	<ul style="list-style-type: none"> - Radish & beurre (7) - Curry poisson MSC lait de coco (4,7) - Dahl de lentille - Riz IGP - Poêlée de poireaux BIO (6) - Cookies (15)
<p>Du lundi 13 au vendredi 17 Octobre 2025 SEMAINE DU GOUT</p> <ul style="list-style-type: none"> - Carotte râpées BIO & pommes (10) - Poulet BBC roti au miel - Carottes BIO glacées (7) - Semoule de couscous (1) - Riz au lait a la cannelle (3) 	<p>MENU SUCRÉ</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cake aux olives (1,3,7,12) - Saucisse de Toulouse IGP (7) - Purée de PDT (3,7) - Haricots vert CE2 persillé - Fromage de chèvre & paprika (7) 	<p>MENU SALÉ</p> <ul style="list-style-type: none"> - Filet de lieu noir MSC (4,7,10) - Riz basmati - Brocolis - Salade de fruits frais BIO 	<p>MENU ACIDE</p> <ul style="list-style-type: none"> - salade de tomate citronnée (10) - Filet de lieu noir MSC (4,7,10) - Riz basmati - Brocolis - Salade de fruits frais BIO 	<p>MENU AMER</p> <ul style="list-style-type: none"> - Roquette endives BIO aux noix (8,10) - Grenaille roti - Poêlée de choux de Bruxelles - Émincé végétal au jus (6) - Mousse au chocolat noir (3,7)
<p>Du lundi 20 au vendredi 24 Octobre 2025</p> <ul style="list-style-type: none"> - salade de lentille (10) - Chili vegetal (6) - Riz IGP - Fromage (7) AOP - Fruit BIO 	<ul style="list-style-type: none"> - Mousse de canard (15) - Sauté de dinde LR moutarde (7,10) - Emincé vegetale moutarde (6,10) - Gratin dauphinois (7) - Haricots verts BIO - Gateau au fromage blanc (1,3,7) 	<ul style="list-style-type: none"> - Coleslaw (10) - Tomate farcies - Tomates farcies VG (7) - Viande de boeuf & porc - Semoule de couscous (1) - Yaourt nature (7) BIO 	<ul style="list-style-type: none"> - Oeufs dur BIO & mayonnaise (3,7) - Papillote de poisson MSC (4,7,10) - Papillote emincé Vegetal (6) - Boulgour (1) - Poêlée de légumes BIO 	<p>MENU UNAMI</p> <ul style="list-style-type: none"> - Velouté de champignons (7) BIO - Lasagne à la bolognaise (1,3,7,12) - Lasagne Veggie (15) - Salade verte - Compote de pomme
<p>Du lundi 27 au vendredi 31 Octobre 2025</p> <ul style="list-style-type: none"> - Haricots vert CE2 en salade - Boulette d'agneau - Boulette de soja (6) - Pomme de terre au jus de thym & Flageolet BIO - Fruit BIO 	<ul style="list-style-type: none"> - Salade de concombre - Gratin de pate au thon (1,3,4,7) - Tomates (dans le gratin) - Steak haché LR - Compote 	<ul style="list-style-type: none"> - Feuilleté aux légumes (1,3,7) - Parmentier vegetal (15) - (carotte & égraine vegetal) - Fromage (7) AOP - Confiture de fruits de saison 	<ul style="list-style-type: none"> - Salade d'endives (10) BIO - Sauté de porc au caramel (7) - Emincé vegetal au caramel - Nouille chinoise (1) - Wok de legumes - Cookies (1,3,7) 	<ul style="list-style-type: none"> - salade de riz niçois (3,4,7) - Tortilla espagnole (3,7) - Salade verte - (Pomme de terre dans tortilla) - Fruits BIO

Tableau de correspondance des Allergènes
 Dans le menu, sous le nom de chaque recette, les allergènes sont identifiés par un chiffre.

- | | | | |
|---|----------------|----|-------------------------------|
| 1 | Gluten | 9 | Céleri |
| 2 | Crustacés | 10 | Moutarde |
| 3 | Œufs | 11 | Sésame |
| 4 | Poissons | 12 | Sulfite |
| 5 | Arachide | 13 | Lupin |
| 6 | Soja | 14 | Mollusque |
| 7 | Lait | 15 | Contient multiples allergènes |
| 8 | Fruits à coque | | |



* : Menu Régime spécifique

Tous nos plats sont fabriqués dans notre laboratoire professionnelle, situé au Quartier la Clède, Le panorama, 04660 CHAMPTERCIER

Entreprise La cuisine de Caro'line
 La gérante: BERNARD Caroline
 La diététicienne: GIRAUD Gaëlle



CALENDRIER DE SAISONNALITÉ OCTOBRE

