Menus du 05 au 30 Novembre 2018

lundi 05 Novembre	mardi 06 Novembre	mercredi 07 Novembre	jeudi 08 Novembre	vendredi 09 Novembre
Salade verte / Concombre vinaigrette	Taboulé (semoule) / Salade de pommes de terre	Poireaux vinaigrette	Duo de carottes et cèleri râpés/Radis & beurre	Salade de lentilles / Salade de pâtes
Raviolis	Cordon bleu de volaille	Tartiflette	Sauté de boeuf	Filet de colin & citron
(plat complet)	Gratin de brocolis	(plat complet)	Riz	Purée de potiron
Petit suisse sucré / Fromage blanc aromatisé	Pyrénées / Mimolette	Fromage blanc sucré	Gouda / Tomme grise	Tartare / Cantafrais
Fruit de saison Δ	Crème caramel / Liégeois vanille	Fruit de saison	Fruit de saison Δ	Tarte au chocolat

Dicton météorologique : " En novembre, s'il tonne, l'année sera bonne"

Nos plats sont susceptibles de contenir des substances ou dérivés pouvant entrainer des allergies ou des intolérances. Pour toute information, merci de vous rapprocher du gérant.

lundi 12 Novembre	mardi 13 Novembre	mercredi 14 Novembre	jeudi 15 Novembre	vendredi 16 Novembre
Chou-blanc vinaigrette / Salade d'endives	Crêpe au fromage / Thon mayonnaise	Salade piémontaise	Betteraves vinaigrette / Macédoine	Potage de pois cassés
Blanquette de veau	Jambon braisé	Aiguillettes de poulet à l'ananas	Brandade de poisson	Omelette au fromage
Pommes vapeur	Chou-fleur béchamel	Gratin de courgettes	(plat complet)	Poêlée de légumes
Saint Nectaire / Emmental	Brie / Samos	Chanteneige	Fromage blanc sucré/Yaourt aromatisé	Edam
Fruit de saison Δ	Flan vanille / Liégeois caramel	Semoule au lait	Fruit de saison Δ	Yaourt artisanal

lundi 19 Novembre	mardi 20 Novembre	mercredi 21 Novembre	jeudi 22 Novembre	vendredi 23 Novembre
Saucisson à l'ail / Rillettes	Salade de pâtes / Taboulé (semoule)	Salade d'haricots beurre	Carottes râpées / Salade verte	Salade de radis / Chou rouge aux pommes
Rôti de porc	Haut de cuisse de poulet	Chipolatas	Steak haché	Calamars sauce tomate
Petits pois / Carottes	Haricots verts persillés	Lentilles	Frites	Riz
Carré fondu / Bûche de chèvre	Bleu / Mimolette	Tomme grise	Camembert / Kiri	Bûche de chèvre / Carré frais
Compote Δ	Fromage blanc aromatisé / Yaourt sucré	Fruit de saison	Liégeois au chocolat / Mousse au chocolat	Fruit de saison Δ

Repas Cinéma

Produits régionaux

Produits artisanaux

Produits BIO

lundi 26 Novembre	mardi 27 Novembre	mercredi 28 Novembre	jeudi 29 Novembre	vendredi 30 Novembre
Pomelos + sucre / Carottes râpées	Cèleri rémoulade / Chou blanc vinaigrette	Feuilleté au fromage	Soupe de cendrillon (courge)	Quiche Lorraine / Salami
Sauté de bœuf au cumin	Saucisse fraiche	Boulettes d'agneau	Poisson pirate des caraïbes (curry coco)	Rôti de dinde sauce provençale
Coquillettes	Purée de carottes	Légumes couscous	Riz	Chou romanesco
Cantal / Tomme blanche	Emmental / Camembert	Carré frais	Yaourt la ferme se rebelle (sucré artisanal)	Gouda / Edam
Yaourt aromatisé / Fromage blanc sucré	Fruit de saison Δ	Liégeois à la vanille	Pop Corn	Mousse au chocolat / Crème au chocolat

Menus du 03 au 21 Décembre 2018

Dicton du mois :

" Décembre ensoleillé, été mouillé "

lundi 03 Décembre	mardi 04 Décembre	mercredi 05 Décembre	jeudi 06 Décembre	vendredi 07 Décembre
Salade verte / Pomelos + sucre Sauté de mouton aux légumes Semoule Saint Paulin / Cantal Fruit de saison Δ	Salade de riz / Salade de pâtes Filet de poisson meunière Epinards béchamel Petit moulé / Chanteneige Crème à la vanille / Mousse au citron	Betteraves vinaigrette Hachis parmentier (plat complet) Bûche de chèvre Fruit de saison	Pâté de campagne / Saucisson + beurre Omelette Poêlée de carottes & navets Brie / Samos Petits suisses aromatisés / Yaourt sucré	Potage de légumes Tortellinis à la viande sauce fromage (plat complet) Mimolette Fruit de saison

Nos plats sont susceptibles de contenir des substances ou dérivés pouvant entrainer des allergies ou des intolérances. Pour toute information, merci de vous rapprocher du gérant.

lundi 10 Décembre	mardi 11 Décembre	mercredi 12 Décembre	jeudi 13 Décembre	vendredi 14 Décembre
Salade de lentilles / Salade de boulgour Sauté de porc moutarde à l'ancienne Haricots beurre Edam / Gouda Flan au caramel / Liégeois à la vanille	Œuf dur mayonnaise / Jambon blanc Viennoise de dinde Endives béchamel Tomme grise / Munster Yaourt sucré / Fromage blanc sucré	Salade de pâtes Paupiette de saumon à la crème Gratin de brocolis Camembert Mousse au chocolat	Chou-rouge vinaigrette / Radis + beurre Bœuf bourguignon Frites Saint môret / Bûche de chèvre Fruit de saison Δ	Carottes râpées à l'ananas / Salade d'endives Cassolette de poisson aux fruits de mer Riz Bleu / Saint Paulin Compote Δ

Repas de Noël

Produits régionaux

Produits BIO

lundi 17 Décembre	mardi 18 Décembre	mercredi 19 Décembre	jeudi 20 Décembre	vendredi 21 Décembre
Salade de pommes de terre / Salade de pois chiches Haut de cuisse de poulet Gratin de poireaux Emmental / Edam Fromage blanc aromatisé / Petits suisses sucrés	Salade verte / Carottes râpées Bolognaise Tortis Tomme blanche / Saint Nectaire Fruit de saison Δ	Salade de blé Blanquette de porc Carottes persillées Saint Paulin Compote	Feuilleté festif Sauté de dinde aux marrons Pommes grenailles Morbier Bûche de Noël	Taboulé (semoule) / Salade de riz Nugget's de poisson & citron Poêlée de légumes Cantadou / Saint môret Liégeois au caramel / Crème praliné

Cuisiniers du Pays d'Oc

www.api-restauration.com

MENU CONFORME AU GEMRCN 2011 — Pôle Nutrition & Santé

AGRILOCAL 11 — Mettez de l'Aude dans vos recettes !