

| Lundi 2 Mars | Mardi 3 Mars | Jeudi 5 Mars | Vendredi 6 Mars |
|--|--|---|--|
| <p>Salade de blé et lentilles méditerranéenne</p> <p>Quenelles sauce provençale</p> <p>Carottes à l'huile d'olive</p> <p>Fruit de saison </p> | <p> Couscous de poulet et ses légumes</p> <p> Saint Marcellin à la coupe</p> <p>Yaourt sucré </p> | <p>Salade verte </p> <p>Emincé de dinde mexicain</p> <p>Pommes de terre rissolées</p> <p>Tarte au citron Maison</p> | <p>Salade de pommes de terre parisienne</p> <p>Filet de hoki sauce safranée</p> <p>Haricots verts à l'huile d'olive</p> <p>Fruit de saison </p> |
| Lundi 9 Mars | Mardi 10 Mars | Jeudi 12 Mars | Vendredi 13 Mars |
| <p>REPAS POLYNÉSIE </p> <p>Filet de merlu sauce polynésienne (curry, lait de coco, tomate, jus de citron, ail et oignons)</p> <p>Purée de patates douces </p> <p>Yaourt sucré</p> <p>Salade de fruits exotiques (dés de mangue et dés ananas)</p> | <p>Tapenade sur toast</p> <p>Emincé bœuf à la parisienne</p> <p>Galettes de légumes</p> <p>Fruit de saison </p> | <p>Pizza au fromage</p> <p> Jambon blanc</p> <p>Choux fleurs Mornay</p> <p>Fruit de saison </p> | <p>Carottes râpées à la ciboulette</p> <p>Raviolis au tofu </p> <p>sauce tomate</p> <p>Mousse au chocolat</p> |

NOS APPROVISIONNEMENTS

Nos Viandes :
100% de nos viandes en morceaux sont françaises

- Bœuf
- Veau
- Porc

Occitanie - Rhône-Alpes

Nos féculents :

- Raviolis BIO du Vaucluse
- 50% de riz de Camargue IGP (pour assurer la variété)
- 95% de nos pâtes conventionnelles sont de fabrication française, à partir de blé français
- Pâtes Torti BIO de Savoie

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

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.

Les légumes issus de l'agriculture durable : (à minima)

- Haricots verts
- Épinards
- Haricots beurre
- Petits pois

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...

Nos compotes sont fabriquées localement (Vaucluse); à base de pommes, poires, abricots provenant de vergers locaux

L'ACTUALITE DU MOIS

LABEL BIO

Label européen

Label « officiel » français.

Ces deux logos sont officiels. Ils attestent que les produits sont issus de l'agriculture biologique et répondent au même cahier des charges. Simplement, le logo AB est plus connu en France.

Le label repose sur la notion de respect de la biodiversité et la préservation des ressources naturelles.

Les cultures sont garanties sans pesticides, ni autres traitements chimiques de synthèse, sans OGM.

Le bien-être animal est respecté : transport, conditions d'élevage (densité minimale et plein air) et d'abattage.

Et, le BIO, c'est plus encore : il prend en compte le recyclage des matières organiques, la rotation des cultures et la lutte biologique.

| Lundi 16 Mars | Mardi 17 Mars | Jeudi 19 Mars | Vendredi 20 Mars |
|---|---|--|--|
| <p>Omelette </p> <p>Poêlée printanière (pommes de terre, petits pois, haricots verts, carottes, oignons) Petit moulé ail et fines herbes Fruit de saison</p> | <p>Salade verte </p> <p> Escalope de dinde sauce forestière</p> <p>Macaronis Crème dessert pralinée</p> | <p>Pâté en croûte </p> <p>Parmentier de canard</p> <p>Pomme au four au caramel</p> <p></p> | <p>Quiche au fromage Maison</p> <p>Poisson pané et citron Moulinés d'épinards Fruit de saison </p> |
| Lundi 23 Mars | Mardi 24 Mars | Jeudi 26 Mars | Vendredi 27 Mars |
| <p>Coquiflette (coquillettes aux lardons) Bûche de chèvre à la coupe Fruit de saison </p> | <p>Coleslaw </p> <p>Curry de légumes et pois chiches Crème anglaise Brownies</p> | <p>Salade de pommes de terre aux légumes</p> <p> Poulet rôti Carottes Vichy Fruit de saison </p> | <p>Mélange de crudités (salade, chou rouge, maïs) </p> <p>Blanquette de colin Riz Fromage blanc aromatisé</p> |
| Lundi 30 Mars | Mardi 31 Mars | Jeudi 2 Avril | Vendredi 3 Avril |
| <p>Potage de légumes Rôti de veau Purée de céleris Fruit de saison </p> | <p>Carottes râpées </p> <p>Saucisse de Toulouse Lentilles Flan chocolat</p> | <p>Lasagnes à la bolognaise Emmental à la coupe Compote</p> | <p>Nuggets de blé Haricots verts persillés Comté Gâteau à la fleur d'oranger Maison</p> |

NOS APPROVISIONNEMENTS

Nos Viandes :
100% de nos viandes 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

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

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.

Les légumes issus de l'agriculture durable : (à minima)
- Haricots verts - Épinards
- Haricots beurre - Petits pois

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...

Nos compotes sont fabriquées localement (Vaucluse);
à base de pommes, poires, abricots provenant de vergers locaux

L'ACTUALITE DU MOIS

QUICHE AU FROMAGE

Ingrédients :

- 1 pâte brisée
- 250ml de crème fraîche
- 120g d'emmental
- 250ml de lait
- 3g de muscade
- 5 g de sel
- 3 œufs

Recette

1. Mettre le four à chauffer, à 170°C sur le mode chaleur tournante.
2. Dérouler la pâte dans un plat à tarte.
3. Dans un saladier, mélanger successivement, les œufs, le sel, le lait, la crème, le sel et la muscade.
4. Une fois le mélange bien homogène, le verser dans le fond de tarte.
5. Ajouter de manière uniforme le fromage râpé.
6. Enfourner pendant 45 minutes.