

MENU DU 17 AU 21 MARS

LUNDI

Potage de légumes



Poulet Coco



Poêlée méridionale /
Pomme de terre



Fromage blanc



MARDI

Choux fleur
vinaigrette



Sauté de veau
marengo



Riz Sauvage



Fromage du jour



Fruit de saison



MERCREDI

Pomelo



Poisson Yassa



Pâtes



Fromage



Compote

JEUDI

Asperges à la
vinaigrette



Œufs brouillés à la
tomate



Purée de pois cassés
au curry



Tomme



Fruit de saison



Menu
végétarien

VENDREDI

Salade de boulgour
et quinoa



Steack haché

Épinards



Yaourt aux fruits



Le saviez-vous ?

Pourquoi l'asperge donne t-elle une odeur aux urines (le pipi) ? Parce qu'elle contient l'acide asparagique qui passe très vite dans les urines après les avoir mangées.

MENU DU 24 AU 28 MARS

GORGES DE
L'ARDÈCHE
L'INTERCO

LUNDI

Salade de pâtes /
carottes



Sauté de boeuf au
cumin



Chou-fleur vapeur



Yaourt nature



MARDI

Betterave maïs



Cuisse de poulet

Pomme de terre
vapeur

Petit Moulé



Fruit de saison

MERCREDI

Salade de pois
chiche



Pilon de poulet grillé



Pois gourmand



Camembert



Fruit de saison

JEUDI

Menu
végétarien

Carottes râpées



Paëlla Poisson



Yaourt nature



Compote

VENDREDI

Salade de haricots
verts



Lasagnes
végétariennes



Petit suisse



Fondant au citron



Le saviez-vous ?

Les pois chiches que vous trouverez dans le menu cette semaine sont cultivés à Lagorce par le GAEC du Ranc de l'Arc et ils sont BIO !

Conformément à la loi Egalim, nous favorisons un approvisionnement en circuits courts pour les produits de saison, locaux ou issus de l'agriculture biologique. Nos plats sont susceptibles de contenir des substances ou dérivés pouvant entraîner des allergies ou intolérances. Les menus sont susceptibles d'évoluer.