

MENU DU 3 AU 7 FÉVRIER

GORGES DE
L'ARDÈCHE
L'INTERCO

LUNDI

Salade de pois
chiche

Poisson en sauce

Épinards

-

Gâteau de semoule

MARDI

Salade d'endives
emmental œuf

-

Pâtes

-

Compote

Menu
végétarien

MERCREDI

Potage de légumes

Crêpe sarrasin

-

Camembert

Fruit de saison

JEUDI

Salade de riz

Rôti de dinde

Gratin de Cardons

Yaourt nature

-

VENDREDI

Potage aux lentilles

Boulettes de bœuf

Haricots verts
persillés

Yaourt nature

Fruit de saison

Le saviez-vous ?

**Que fait une salade qui va à la montagne ?
De la mâche à pied**

Tous les plats sont fait maison et préparés par l'équipe de la cuisine intercommunale des Gorges de l'Ardèche à Vallon Pont d'Arc (sauf ceux mentionnés par une *).
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.

MENU DU 10 AU 14 FÉVRIER

GORGES DE
L'ARDÈCHE
L'INTERCO

LUNDI

Potage

Tajine de poulet aux
olives

Semoule couscous

Fromage

Fruit de saison

MARDI

Carottes râpées à la
feta

Poisson au curry

Compotée de
Fenouil / riz blanc

-

Fruit de saison

MERCREDI

Salade de pomme de
terre

Sauté de veau
marengo

Carottes vichy

Yaourt nature

-

JEUDI

Potage de légumes

VG omelette

Pommes de terre au
paprika

Roquefort

Compote

Menu
végétarien

VENDREDI

Pomelo

Colombo de porc

Haricots blancs

Fromage blanc
nature

-

Le saviez-vous ?

Le fenouil, avec son petit goût anisé, est une excellente source de vitamine K1, essentielle pour la coagulation de ton sang. Si tu te coupes, ton sang qui est liquide va pouvoir former une croûte et arrêter de couler en devenant solide.

Tous les plats sont fait maison et préparés par l'équipe de la cuisine intercommunale des Gorges de l'Ardèche à Vallon Pont d'Arc (sauf ceux mentionnés par une *).
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.

MENU DU 17 AU 21 FÉVRIER

LUNDI

Pizza



Émince de dinde à l'ancienne



Brocolis persillés



Fruit de saison

MARDI

Potage de légumes



Boeuf Goulash



Patates douces Rôties



Petit suisse fruité



MERCREDI

Potage de légumes

Brandade de poisson



Gouda



Fruit de saison

JEUDI

Menu végétarien

Burger mystère

Poêlée hivernale



Tomme



Fruit de saison

VENDREDI

Chou chinois vinaigrette



Boulettes de boeuf

Pâtes



Yaourt nature



Le saviez-vous ?

Le coin des curieux : découvrirez vous l'ingrédient mystère qui se cache dans le sandwich de jeudi ?