



MEYREUIL

# Menus du mois de Mars 2019

(sous réserve d'approvisionnement)

**En Mars les légumes et fruits de saison sont :**



La pomme



Les épinards



Les carottes

**Nous découvrons :**



L'eau à l'état solide

	LUNDI	MARDI	JEUDI	VENDREDI
<b>Du 04 au 08 Mars Vacances Zone C</b>	Rosette Sauté de boeuf au romarin Semoule Bûche de chèvre à la coupe <b>Fruit de saison</b>	Carottes râpées Boulettes de bœuf à la provençale Spaghettis <b>Camembert à la coupe</b> Crème dessert caramel	Taboulé Rôti de porc au jus Petits pois <b>Yaourt sucré</b> Fruit de saison	<b>Betteraves vinaigrette</b> Falafel de pois chiches et Ketchup Purée de panais Gouda Tarte au cacao
<b>Du 11 au 15</b>	<b>Mélange harmonie (scarole, chou rouge)</b> Chili con carné <b>Riz de camargue</b> Cotentin Liégeois vanille	Pizza Quenelles sauce aurore Carottes Yaourt sucré <b>Fruit de saison</b>	Salade de penne parisienne (tomates, maïs, oignons) Escalope de poulet aux herbes Epinards mornay Emmental à la coupe <b>Fruit de saison</b>	<b>Coleslaw</b> Filet de merlu sauce orientale Boulgour Tartare Ananas au sirop
<b>Du 18 au 22</b>	<b>Taboulé</b> Omelette fraîche Chou fleur à la crème Chantailou Fruit de saison	Radis râpés Saucisse de Toulouse <b>Lentilles au jus</b> <b>Saint Marcellin à la coupe Navette (Région PACA)</b>	Batavia Bœuf gardian Polenta <b>Fromage blanc nature</b> <b>Gelée de groseille (eau à l'état solide)</b>	Quiche au fromage Filet meunière et citron Jeunes carottes persillées Rondelé <b>Fruit de saison</b>
<b>Du 25 au 29</b>	Salade de boulgour <b>Raviolis</b> <b>potimarron et emmental à la crème</b> Crème anglaise Madeleine	Tapenade noire sur toast Cordon bleu Poêlée hivernale (brocolis, champignons et haricots verts) Edam <b>Fruit de saison</b>	Accras de morue Braisé de bœuf à l'échalote <b>Haricots verts à l'huile d'olive</b> Gouda Fruit de saison	Kouki en salade Moqueca de colin (lait de coco) Riz Camembert à la coupe <b>Compote</b>

**Information allergènes :** présence possible de céréales contenant du gluten, de crustacés, d'œufs, de poissons, d'arachide, de soja, de lait et produits à base de lait, de fruits à coque, de céleri, de moutarde, de sésame, de l'anhydride sulfureux et sulfites dans nos ateliers.



Pâtisseries et plats complets faits "maison"



Nos menus respectent la saisonnalité des fruits et légumes frais



Produits issus de l'Agriculture Biologique



100% de nos fruits sont locaux (<160 km) (excepté les fruits exotiques et agrumes)