



Les menus du mois de mars 2018



Régime sans lait et produits laitiers de vache

Dates	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Du 5 au 9 mars semaine 6	Sardine Raviolis sauce tomate Orange	Pizza au chèvre Sauté de dinde BIO sans crème Haricots beurre Kiwi Pain complet	Pamplemousse Paupiette de veau Lentilles Bio Compote Goûter : pain / chocolat / pomme	Taboulé (semoule BIO) Gardiane de taureau PL Carottes vichy Ananas	Chou chinois Lotte sans crème Purée sans lait Fruit
Du 12 au 16 mars semaine 7	Salade mélangée BIO Jambon LR Risotto (riz PL SdeF) Compote	Menu alternatif Velouté de brocolis BIO sans crème / croûtons Pizza au chèvre Banane	Boulghour en salade Rôti de veau PL Petits pois / carottes sans beurre Pomme BIO Pomme BIO Goûter : compote / pain / confiture	1/2 jambon / cornichons Rabas Epinards natureset croûtons Poire	Concombre / maïs Colombo de poulet Blé BIO sans beurre Fruit
Du 19 au 23 mars semaine 8	Betteraves Pot au feu (bœuf BIO PL , pommes de terre, carottes, poireaux, navets) Pomme	Endives / féta Parmentier de canard sans lait Compote Bio / chamonix	Salade de pâtes Flan nature sans crème (œufs BIO) Ratatouille Cabécou (chèvre) / orange Goûter : compote / palmitos	Pois chiches Rôti de porc PL Haricots verts BIO sans beurre Kiwi Pain au maïs	Mâche / croûtons Pâtes à la sétoise (poulpe, encornets) SdeF Compote
Du 26 au 30 mars semaine 9	Pamplemousse Jambon Tagliatelles Compote	Batavia Couscous au mouton BIO PL Flan	Soupe de légumes sans crème / croûtons Escalope panée Ananas Goûter : compote / palmier	Salade de riz BIO Escalope panée Petits pois sans beurre Banane	Menu alternatif Carottes râpées / pois chiches Macaronis BIO Chausson aux pommes

SV : Sans viande

SP : Sans porc

PL Produit Local



LR : Label Rouge

AOP : Appellation d'Origine Protégée



SdeF : Sud de France

NB : les menus sont susceptibles d'être modifiés



BIO Produit issu de l'agriculture biologique



MSC : Ecolabel pêche durable