

# MENUS ROUFFIAC

Semaine n°01 : du 4 au 8 Janvier 2021

REPAS VEGETARIEN + BIO

|                       | LUNDI                                   | MARDI                        | MERCREDI                         | JEUDI   | VENREDI                  |
|-----------------------|---|------------------------------|----------------------------------|---|--------------------------|
| ENTRÉE                | Betteraves vinaigrette <b>B</b>         | P. de terre échalote         | Macédoine de légumes <b>B</b>    | Salade verte <b>B</b>   | Salade Exotique          |
| PLAT & ACCOMPAGNEMENT | Lasagnes à la bolognaise                | Colin meunière citron        | Paupiette de veau sauce chasseur | <b>Palette de porc au jus</b><br><i>S/porc : Feuilleté du pêcheur</i> | <b>Omelette</b> <b>A</b> |
|                       | (Plat complet)                          | Carottes persillées <b>B</b> | Lentilles                        | <b>Petits pois cuisinés</b><br><i>S/porc : Petit pois au jus</i>      | Poêlée de légumes        |
| PRODUIT LAITIER       | Petit fromage frais ail et fines herbes | Fromage frais sucré          | Vache qui rit                    | Yaourt nature sucré   | Coulommiers              |
| DESSERT               | Flan chocolat                           | Clémentines                  | Kiwi                             | <b>Galette des Rois</b>   | Pomme <b>B</b>           |



TOUT SAVOIR SUR NOS RECETTES

Salade Exotique: riz, ananas, maïs  
Salade coleslaw: carotte, chou blanc mayonnaise

**A** Plat alternatif : sans protéine d'origine animale

P.A. n°2

Semaine n°02 : du 11 au 15 Janvier 2021

REPAS VEGETARIEN

|                       | LUNDI                        | MARDI   | MERCREDI  | JEUDI                           | VENREDI  |
|-----------------------|------------------------------|---|---|---------------------------------|--|
| ENTRÉE                | Salade de lentilles <b>B</b> | Betterave <b>B</b>  | Salade de pâtes au basilic <b>B</b>   | Salade coleslaw                 | <b>Pâté de campagne</b><br><i>S/porc : œuf dur</i> |
| PLAT & ACCOMPAGNEMENT | Cordon bleu                  | <b>Tajine de légumes aux pois chiches et semoule</b> <b>A</b> | <b>Chou-fleur à la parisienne</b><br><i>S/porc : chou fleur à la volaille</i> | Bœuf bourguignon                | Filet de colin sauce crustacés                     |
|                       | Purée de potiron             | (Plat complet)  | (Plat complet)  | Frites + ketchup <b>B</b>       | Haricots beurre                                    |
| PRODUIT LAITIER       | Edam                         | Fondu président   | Fromage blanc sucré   | Pavé 1/2 sel                    | St Paulin  |
| DESSERT               | Orange                       | Crème dessert vanille   | Madeleine   | <b>Purée de pommes</b> <b>M</b> | Banane <b>B</b>                                    |

En gras les plats contenant du porc

**B** bio  
1 élément bio/jour

**L** Local

Nos viandes proviennent de notre fournisseur "Bousquet" et les fruits du "Vergers des Bosquet" (du Tarn) lorsque l'approvisionnement le permet

P.A. n°3



**L** Circuits courts/ Produits locaux **M** maison **B** bio **A** Alternatif

**Ansamble**  
UNE ALIMENTATION SAINE & NATURELLE  
AU PLUS PRÈS DES TERRITOIRES

# MENUS ROUFFIAC

Semaine n°03 : du 18 au 22 Janvier 2021



|                                  | LUNDI                        | MARDI  | MERCREDI                            | JEUDI                        | VENDREDI                   |
|----------------------------------|------------------------------|--|-------------------------------------|------------------------------|----------------------------|
| <b>ENTRÉE</b>                    | Chou fleur vinaigrette       | Salade verte <b>B</b>                          | Taboulé <b>B</b>                    | Céleri rémoulade             | Salade Incas <b>B</b>      |
| <b>PLAT &amp; ACCOMPAGNEMENT</b> | Sauté de bœuf aux oignons    | <b>Parmentier de lentilles corail</b> <b>A</b> | Pizza au fromage                    | Emincé de dinde au curry     | Beignets de poisson citron |
|                                  | Coquillettes + râpé <b>B</b> | (Plat complet)                                 | Salade verte                        | Carottes persillées <b>B</b> | Epinards béchamel          |
| <b>PRODUIT LAITIER</b>           | Yaourt nature sucré          | Emmental                                       | Fromage frais au sel de Guérande    | Coulommiers                  | Vache qui rit              |
| <b>DESSERT</b>                   | Pomme                        | Flan chocolat                                  | <b>Purée pomme agrumes</b> <b>M</b> | <b>Far Breton</b> <b>M</b>   | Clémentines                |

P.A. n°4

TOUT SAVOIR SUR NOS RECETTES

**Salade Incas**: riz, carottes, maïs  
**Salade Western**: haricots rouges, maïs, poivrons

**A** Plat alternatif : sans protéine d'origine animale

Semaine n°04 : du 25 au 29 Janvier 2021



Escapade gourmande en Belgique

En gras les plats contenant du porc

|                                  | LUNDI                          | MARDI                          | MERCREDI   | JEUDI                            | VENDREDI  |
|----------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|--|----------------------------------|---|
| <b>ENTRÉE</b>                    | Salade Western                 | Betteraves à l'échalote        | Chou rouge vinaigrette   | Salade de chicon (Endives)       | Carottes râpées au citron <b>B</b>                          |
| <b>PLAT &amp; ACCOMPAGNEMENT</b> | <b>Nuggets de blé</b> <b>A</b> | Filet de colin sauce crevettes | Poulet sauce estragon <b>B</b>                                   | Boulettes de bœuf à la liégeoise | <b>Cassoulet</b><br><i>S/porc : cassoulet à la volaille</i> |
|                                  | Haricots verts                 | Riz créole <b>B</b>            | Macaronis + râpé <b>B</b>  | Pommes rissolées                 | (Plat complet)  |
| <b>PRODUIT LAITIER</b>           | Yaourt nature sucré            | Edam                           | Coulommiers  | Fromage frais sucré <b>B</b>     | Rondelé nature  |
| <b>DESSERT</b>                   | Poire <b>B</b>                 | Kiwi                           | <b>Liégeois vanille</b><br><i>S/porc : crème dessert vanille</i> | Gaufre                           | <b>Purée pomme cannelle</b> <b>M</b>                        |

P.A. n°5

**B bio**  
1 élément bio/jour

**L Local**

Nos viandes proviennent de notre fournisseur "Bousquet" et les fruits du "Vergers des Bosquet" (du Tarn) lorsque l'approvisionnement le permet



**L** Circuits courts/ Produits locaux **M** maison **B** bio **A** Alternatif

**Ansamble**  
UNE ALIMENTATION SAIN & NATURELLE  
AU PLUS PRÈS DES TERRITOIRES

# MENUS ROUFFIAC

Semaine n°05 : du 1er au 5 Février 2021



|                                  | LUNDI                        | MARDI                         | MERCREDI                   | JEUDI  | VENDREDI                           |
|----------------------------------|------------------------------|-------------------------------|----------------------------|--|------------------------------------|
| <b>ENTRÉE</b>                    | Crêpe au fromage             | Salade verte <b>B</b>         | Salade Antillaise <b>B</b> | Salade fantaisie <b>B</b>                                    | Salade coleslaw                    |
| <b>PLAT &amp; ACCOMPAGNEMENT</b> | Sauté de dinde à la normande | Hachis parmentier             | Colin meunière citron      | <b>Tortis bolognaise de lentilles (sans viande)</b> <b>A</b> | Blanquette de poisson              |
|                                  | Chou-fleur persillé          | (Plat complet)                | Julienne de légumes        | (Plat complet)   | Semoule dorée <b>B</b>             |
| <b>PRODUIT LAITIER</b>           | Yaourt aux fruits            | Carré fromager                | Mimolette                  | Fondu président  | Comté                              |
| <b>DESSERT</b>                   | Pomme <b>B</b>               | <b>Crêpe de la chandeleur</b> | Clémentines                | Crème dessert chocolat                                       | <b>Purée pomme ananas</b> <b>M</b> |

**TOUT SAVOIR SUR NOS RECETTES**

**Salade Antillaise:**  
riz, ananas, poivrons

**Salade fantaisie:** céleri, pomme, raisins secs

**Salade coleslaw:** carottes, chou blanc, mayonnaise

**Salade Indienne:**  
Riz, Poivron vert, Cœur de palmier, Raisin sec, Curry

P.A. n°1

Semaine n°06 : du 8 au 12 Février 2021

|                                  | LUNDI   | MARDI   | MERCREDI                           | JEUDI                           | VENDREDI                     |
|----------------------------------|---|---|------------------------------------|---------------------------------|------------------------------|
| <b>ENTRÉE</b>                    | Salade verte <b>B</b>   | Salade Indienne   | Betteraves vinaigrette             | Chou fleur vinaigrette <b>B</b> | Chou rouge vinaigrette       |
| <b>PLAT &amp; ACCOMPAGNEMENT</b> | <b>Rôti de porc au jus</b><br><i>S/porc : Croq végétarien</i> | Filet de lieu sauce curry   | Boulettes d'agneau sauce orientale | <b>Chili sin carne</b> <b>A</b> | Goulash de bœuf              |
|                                  | Purée Saint Germain   | Carottes braisées <b>B</b>  | Boullgour <b>B</b>                 | (Plat complet)                  | Coquillettes + râpé <b>B</b> |
| <b>PRODUIT LAITIER</b>           | Bûchette mi chèvre  | St Paulin   | Petit fromage frais aux fruits     | Yaourt nature sucré             | Coulommiers                  |
| <b>DESSERT</b>                   | Flan vanille  | <b>Mousse au chocolat</b><br><i>S/porc : crème dessert chocolat</i> | Orange                             | Banane                          | Pomme                        |

**A** Plat alternatif : sans protéine d'origine animale

En gras les plats contenant du porc

**B bio**  
1 élément bio/jour

**L Local**

Nos viandes proviennent de notre fournisseur "Bousquet" et les fruits du "Vergers des Bosquet" (du Tarn) lorsque l'approvisionnement le permet

P.A. n°2



# MENUS ROUFFIAC

Semaine n°07 : du 15 au 19 Février 2021

VACANCES SCOLAIRES



|                                  | LUNDI                               | MARDI   | MERCREDI              | JEUDI                              | VENREDI                                    |
|----------------------------------|-------------------------------------|---|-----------------------|------------------------------------|--|
| <b>ENTRÉE</b>                    | Carottes râpées ciboulette <b>B</b> | Chou blanc aux raisins <b>B</b>                     | Salade Incas <b>B</b> | Macédoine mayonnaise <b>B</b>      | <b>Cervelas</b><br><i>S/porc : œuf dur</i> |
| <b>PLAT &amp; ACCOMPAGNEMENT</b> | Emincé de dinde forestière          | <b>Cari de lentilles et pomme de terre</b> <b>A</b> | Omelette              | Sauté de bœuf stroganof            | Filet de colin sauce normande              |
|                                  | Petits pois                         | (plat complet)                                      | Epinards béchamel     | Semoule                            | Poêlée forestière                          |
| <b>PRODUIT LAITIER</b>           | Fromage blanc sucré                 | Fromage frais au sel de Guérande                    | Emmental              | Fraidou                            | Gouda                                      |
| <b>DESSERT</b>                   | Poire                               | <b>Beignet de Mardi Gras au chocolat</b>            | Flan chocolat         | <b>Purée pomme orange</b> <b>M</b> | Kiwi <b>B</b>                              |

**TOUT SAVOIR SUR NOS RECETTES**

**Salade Incas:** riz, carotte, maïs  
**Salade coleslaw:** carottes, chou blanc, mayonnaise  
**Salade Western :** haricots rouges, maïs, poivrons  
**Salade tricolore:** pâtes tricolores, olives, poivrons rouges et verts

P.A. n°3

**A** Plat alternatif : sans protéine d'origine animale

Semaine n°08 : du 22 au 26 Février 2021

VACANCES SCOLAIRES

|                                  | LUNDI   | MARDI                               | MERCREDI                            | MARDI                           | VENREDI                    |
|----------------------------------|---|-------------------------------------|-------------------------------------|---------------------------------|----------------------------|
| <b>ENTRÉE</b>                    | Salade coleslaw   | Salade verte <b>B</b>               | Salade Western                      | Chou fleur vinaigrette <b>B</b> | Salade tricolore           |
| <b>PLAT &amp; ACCOMPAGNEMENT</b> | <b>Sauté de porc au caramel</b><br><i>S/porc : nuggets de blé</i> | <b>Couscous de légumes</b> <b>A</b> | Pizza au fromage                    | Tortis bolognaise               | Filet de colin pané citron |
|                                  | Riz créole <b>B</b>   | (plat complet)                      | Salade verte <b>B</b>               | (plat complet)                  | Purée de brocolis          |
| <b>PRODUIT LAITIER</b>           | Fondu président   | Coulommiers                         | Bûchette mi-chèvre                  | Yaourt nature sucré             | Gouda                      |
| <b>DESSERT</b>                   | Crème dessert chocolat  | <b>Moelleux au citron</b> <b>M</b>  | <b>Purée pomme vanille</b> <b>M</b> | Pomme                           | Banane <b>B</b>            |

En gras les plats contenant du porc

**B bio**  
1 élément bio/jour

**L Local**  
Nos viandes proviennent de notre fournisseur "Bousquet" et les fruits du "Vergers des Bosquet" (du Tarn) lorsque l'approvisionnement le permet

P.A. n°4



# MENUS ROUFFIAC

Semaine n°09 : du 1er au 5 Mars 2021



|                                  | LUNDI                      | MARDI                           | MERCREDI                         | JEUDI                                     | VENDREDI  |
|----------------------------------|----------------------------|---------------------------------|----------------------------------|---|---|
| <b>ENTRÉE</b>                    | Chou rouge vinaigrette     | Salade cœur de palmier <b>B</b> | Céleri rémoulade                 | Salade Exotique <b>B</b>                  | Concombre vinaigrette                                   |
| <b>PLAT &amp; ACCOMPAGNEMENT</b> | Bœuf mironton              | Parmentier de poisson           | Tajine de volaille à l'orientale | <b>Croq blé épinards fromage</b> <b>A</b> | <b>Saucisse de Toulouse</b><br><i>S/porc : Omelette</i> |
|                                  | Carottes braisées <b>B</b> | (Plat complet)                  | Pâtes papillons + râpé <b>B</b>  | Poêlée de légumes                         | Lentilles   |
| <b>PRODUIT LAITIER</b>           | Yaourt nature sucré        | Edam                            | St Paulin                        | Fromage blanc sucré                       | Emmental <b>B</b>                                       |
| <b>DESSERT</b>                   | Barre bretonne             | Kiwi                            | Flan vanille                     | Pomme                                     | Cocktail de fruits au sirop                             |

TOUT SAVOIR SUR NOS RECETTES

Salade Exotique: riz, ananas, maïs  
Salade Vendéenne: chou blanc, raisins secs

P.A. n°5

**A** Plat alternatif : sans protéine d'origine animale

Semaine n°10 : du 8 au 12 Mars 2021

|                                  | LUNDI  | MARDI                        | MERCREDI                            | JEUDI   | VENDREDI                   |
|----------------------------------|--|------------------------------|-------------------------------------|---|----------------------------|
| <b>ENTRÉE</b>                    | Salade Vendéenne                                 | Crêpe au fromage             | Salade de pâtes au basilic <b>B</b> | Haricots vert vinaigrette <b>B</b>                  | Carottes râpées ciboulette |
| <b>PLAT &amp; ACCOMPAGNEMENT</b> | Boulettes de bœuf sauce aigre douce              | Pilons de poulet             | Beignets de poisson citron          | <b>Blé aux haricots rouges façon chili</b> <b>A</b> | Filet de lieu sauce citron |
|                                  | Frites + ketchup                                 | Mitonnée de légumes          | Haricots beurre persillés           | (Plat complet)                                      | Semoule <b>B</b>           |
| <b>PRODUIT LAITIER</b>           | Coulommiers                                      | Fondu président              | Fraidou                             | Fromage frais sucré                                 | Edam                       |
| <b>DESSERT</b>                   | <b>Fromage blanc au coulis</b> <b>M</b> <b>B</b> | Compote tous fruits <b>B</b> | Banane                              | <b>Clafoutis aux pommes</b> <b>M</b>                | Crème dessert vanille      |

En gras les plats contenant du porc

**B bio**  
1 élément bio/jour

**L Local**  
Nos viandes proviennent de notre fournisseur "Bousquet" et les fruits du "Vergers des Bosquet" (du Tarn) lorsque l'approvisionnement le permet

P.A. n°1



**L** Circuits courts/ Produits locaux **M** maison **B** bio **A** Alternatif



# MENUS ROUFFIAC

Semaine n°11 : du 15 au 19 Mars 2021



Escapade gourmande en Suisse



|                       | REPAS VEGETARIEN                    |  |                               |   |                                   |
|-----------------------|-------------------------------------|--|-------------------------------|---|-----------------------------------|
|                       | LUNDI                               | MARDI                                  | MERCREDI                      | JEUDI   | VENREDI                           |
| ENTRÉE                | Betteraves vinaigrette <sup>B</sup> | Salade de pâtes tricolore <sup>B</sup> | Taboulé <sup>B</sup>          | Salade verte <sup>B</sup>   | Salade coleslaw                   |
| PLAT & ACCOMPAGNEMENT | Riz à la cantonnaise <sup>A</sup>   | Colin meunière citron                  | Paupiette de veau sauce curry | <b>Croziflette au jambon</b><br><i>S/porc: croziflette à la dinde</i> | Sauté de bœuf printanier          |
|                       | (Plat complet)                      | Poêlée de légumes                      | Chou-fleur                    | (Plat complet)  | Purée de p. de terre <sup>B</sup> |
| PRODUIT LAITIER       | Vache qui rit                       | Yaourt nature sucré                    | Gouda                         | Petit Suisse  | Fromage frais ail et fines herbes |
| DESSERT               | Kiwi                                | Orange                                 | Pomme                         | Gâteau Suisse aux carottes et pépites de chocolat                     | Flan chocolat                     |

TOUT SAVOIR SUR NOS RECETTES

**Salade coleslaw:** carotte, chou blanc mayonnaise  
**Salade Arlequin:** p. de terre, maïs, petits pois  
**Salade Antillaise:** riz, ananas, poivrons

P.A. n°2

<sup>A</sup> Plat alternatif : sans protéine d'origine animale

Semaine n°12 : du 22 au 26 Mars 2021

|                       | REPAS VEGETARIEN            |   |   |                                     |  |
|-----------------------|-----------------------------|---|---|-------------------------------------|--|
|                       | LUNDI                       | MARDI   | MERCREDI  | JEUDI                               | VENREDI  |
| ENTRÉE                | Salade Arlequin             | Concombre ciboulette  | Salade Antillaise <sup>B</sup>  | Chou rouge vinaigrette              | <b>Pâté de campagne</b><br><i>S/porc : œuf dur</i> |
| PLAT & ACCOMPAGNEMENT | Cordon bleu de volaille     | <b>Quinoa aux pois chiches et tajine de légumes</b> <sup>A</sup> <sup>B</sup> | <b>Rôti de porc sauce charcutière</b><br><i>S/porc : Crêpe au fromage</i> | Bœuf bourguignon                    | Filet de colin sauce beryc                         |
|                       | Haricots verts <sup>B</sup> | (Plat complet)  | Jardinière de légumes   | Coquillettes + râpé <sup>B</sup>    | Carottes persillées                                |
| PRODUIT LAITIER       | St Paulin                   | Bûchette mi chèvre  | Yaourt aux fruits   | Mimolette                           | Emmental   |
| DESSERT               | Poire                       | Crème dessert chocolat  | Fourrandise à la fraise   | <b>Purée de pommes</b> <sup>M</sup> | Banane <sup>B</sup>                                |

En gras les plats contenant du porc

<sup>B</sup> bio  
1 élément bio/jour

<sup>L</sup> Local  
Nos viandes proviennent de notre fournisseur "Bousquet" et les fruits du "Vergers des Bosquet" (du Tarn) lorsque l'approvisionnement le permet

P.A. n°3



<sup>L</sup> Circuits courts/ Produits locaux <sup>M</sup> maison <sup>B</sup> bio <sup>A</sup> Alternatif

**Ansamble**  
UNE ALIMENTATION SAINE & NATURELLE  
AU PLUS PRÈS DES TERRITOIRES

# MENUS ROUFFIAC

Semaine n°13 : du 29 Mars au 2 Avril 2021



|                                  | LUNDI                | MARDI   | MERCREDI         | JEUDI                     | VENDREDI                    |
|----------------------------------|----------------------|---|------------------|---------------------------|-----------------------------|
| <b>ENTRÉE</b>                    | Macédoine de légumes | Carottes râpées <b>B</b>                        | Taboulé          | Salade verte <b>B</b>     | Salade pastourelle <b>B</b> |
| <b>PLAT &amp; ACCOMPAGNEMENT</b> | Hachis parmentier    | <b>Dahl de lentilles corail et riz</b> <b>A</b> | Pizza au fromage | Sauté de dinde au paprika | Colin meunière citron       |
|                                  | (Plat complet)       | (Plat complet)                                  | Salade verte     | Mitonnée de légumes       | Epinards béchamel           |
| <b>PRODUIT LAITIER</b>           | Fromage blanc sucré  | Edam  | Fraidou          | Coulommiers               | Rondelé                     |
| <b>DESSERT</b>                   | Pomme <b>B</b>       | Crème dessert vanille                           | Banane <b>B</b>  | <b>Dessert de Pâques</b>  | Kiwi                        |

TOUT SAVOIR SUR NOS RECETTES

**Salade pastourelle:** pâtes, tomate, poivron

P.A. n°4

**A** Plat alternatif : sans protéine d'origine animale

Semaine n°14 : du 5 au 9 Avril 2021

|                                  | LUNDI DE Pâques | MARDI                                    | MERCREDI                    | JEUDI                          | VENDREDI                          |
|----------------------------------|-----------------|--|-----------------------------|--------------------------------|-----------------------------------|
| <b>ENTRÉE</b>                    |                 | Salade de riz, maïs, poivrons <b>B</b>   | Radis à la croque           | Betteraves vinaigrette         | Céleri rémoulade                  |
| <b>PLAT &amp; ACCOMPAGNEMENT</b> |                 | <b>Nuggets de blé</b> <b>A</b>           | Poulet rôti <b>R</b>        | Filet de colin sauce crevettes | Bœuf aux oignons                  |
|                                  |                 | Petits pois                              | Lentilles au curry <b>B</b> | Boulgour <b>B</b>              | Carottes braisées                 |
| <b>PRODUIT LAITIER</b>           |                 | Yaourt nature sucré                      | Tomme                       | Gouda                          | Fromage frais ail et fines herbes |
| <b>DESSERT</b>                   |                 | <b>Purée de pomme framboise</b> <b>M</b> | Crème dessert caramel       | Pomme                          | Madeleine <b>B</b>                |

En gras les plats contenant du porc

**B bio**  
1 élément bio/jour

**L Local**

Nos viandes proviennent de notre fournisseur "Bousquet" et les fruits du "Vergers des Bosquet" (du Tarn) lorsque l'approvisionnement le permet

P.A. n°5



**L** Circuits courts/ Produits locaux **M** maison **B** bio **A** Alternatif **R** Race Porc **RE** Race Elevage **CE** Cerveau Elevage **CS** Cerveau Santé

**Ansamble**  
UNE ALIMENTATION SAIN & NATURELLE  
AU PLUS PRÈS DES TERRITOIRES

# MENUS ROUFFIAC

Semaine n°15 : du 12 au 16 Avril 2021



|                                  | LUNDI                    | MARDI   | MERCREDI                    | JEUDI  | VENDREDI                             |
|----------------------------------|--------------------------|---|-----------------------------|--|--------------------------------------|
| <b>ENTRÉE</b>                    | Feuilleté au fromage     | Chou blanc aux raisins  | Taboulé <b>B</b>            | Concombre ciboulette                                       | Carottes râpées <b>B</b>             |
| <b>PLAT &amp; ACCOMPAGNEMENT</b> | Emincé de dinde tandoori | Boulettes de bœuf sauce tomate                                      | Filet de lieu sauce basilic | <b>Tortis bolognaise de lentilles</b> <b>A</b><br><b>B</b> | Marmite de poisson                   |
|                                  | Haricots verts           | Frites + ketchup  | Mitonnée de légumes         | (Plat complet)   | Riz pilaf                            |
| <b>PRODUIT LAITIER</b>           | Yaourt aux fruits        | St Paulin <b>B</b>  | Fondu président             | Emmental   | Fromage blanc sucré                  |
| <b>DESSERT</b>                   | Pomme <b>B</b>           | <b>Mousse au chocolat</b><br><i>S/porc : crème dessert chocolat</i> | Kiwi                        | <b>Œuf au lait</b> <b>M</b>                                | <b>Purée pomme rhubarbe</b> <b>M</b> |

TOUT SAVOIR SUR NOS RECETTES

**Salade fantaisie:** céleri, pomme, raisins secs  
**Salade de pâtes tricolore:** pâtes tricolores, poivrons rouges et verts  
**Salade Antillaise:** riz, ananas, poivrons

P.A. n°1

Semaine n°16 : du 19 au 23 Avril 2021

VACANCES SCOLAIRES

|                                  | LUNDI   | MARDI                         | MERCREDI                       | JEUDI                     | VENDREDI                |
|----------------------------------|---|-------------------------------|--------------------------------|---------------------------|-------------------------|
| <b>ENTRÉE</b>                    | Salade fantaisie <b>B</b>   | Salade Antillaise             | Betteraves ciboulette <b>B</b> | Salade de pâtes tricolore | Salade verte <b>B</b>   |
| <b>PLAT &amp; ACCOMPAGNEMENT</b> | <b>Jambon braisé sauce barbecue</b><br><i>S/porc : Croq basquaise</i> | Filet de colin sauce bretonne | Couscous boulettes d'agneau    | <b>Omelette</b> <b>A</b>  | Sauté de bœuf provençal |
|                                  | Haricots coco   | Carottes persillées           | (Plat complet)                 | Petits pois au jus        | Purée de p. de terre    |
| <b>PRODUIT LAITIER</b>           | Bûchette mi chèvre  | Yaourt nature sucré           | Rondelé nature                 | Fromage frais sucré       | Coulommiers             |
| <b>DESSERT</b>                   | Crème dessert vanille   | Banane <b>B</b>               | Poire                          | Pomme <b>B</b>            | Flan vanille            |

**A** Plat alternatif : sans protéine d'origine animale

En gras les plats contenant du porc

**B bio**  
1 élément bio/jour

**L Local**  
Nos viandes proviennent de notre fournisseur "Bosquet" et les fruits du "Vergers des Bosquet" (du Tarn) lorsque l'approvisionnement le permet

P.A. n°2



**L** Circuits courts/ Produits locaux **M** maison **B** bio **A** Alternatif **C** Cerveaux **R** Race Vache **A** Allergie Cœliac **S** Sans Gluten **S** Sans Sucre





# MENUS ROUFFIAC

Semaine n°17 : du 26 au 30 Avril 2021

VACANCES SCOLAIRES

REPAS VEGETARIEN



|                                  | LUNDI                           | MARDI   | MERCREDI   | JEUDI                                   | VENDREDI                                       |
|----------------------------------|---------------------------------|---|--|---|--|
| <b>ENTRÉE</b>                    | Salade pastourelle <sup>B</sup> | Concombre vinaigrette                               | Salade Arlequin <sup>B</sup>                                     | Carottes râpées                         | <b>Pâté de foie</b><br><i>S/porc : œuf dur</i> |
| <b>PLAT &amp; ACCOMPAGNEMENT</b> | Emincé de poulet sauce tomate   | <b>Chili sin carne</b> <sup>A</sup><br><sup>B</sup> | <b>Palette de porc au jus</b><br><i>S/porc : Cake au fromage</i> | Bœuf aux olives                         | Colin meunière                                 |
|                                  | Poêlée de légumes               | (Plat complet)                                      | Ratatouille  | Boulgour <sup>B</sup>                   | Purée de brocolis                              |
| <b>PRODUIT LAITIER</b>           | Coulommiers                     | Fromage frais au sel de Guérande                    | Yaourt aux fruitis   | Pavé 1/2 sel                            | Tomme <sup>B</sup>                             |
| <b>DESSERT</b>                   | Pomme                           | Crème dessert chocolat                              | Fourrandise à la fraise  | <b>Purée pomme vanille</b> <sup>M</sup> | Poire  |

TOUT SAVOIR SUR NOS RECETTES

Salade pastourelle: pâtes, tomate, poivron  
Salade Arlequin: p. de terre, maïs, petits pois

P.A. n°3

<sup>A</sup> Plat alternatif : sans protéine d'origine animale

En gras les plats contenant du porc

|                                  | LUNDI | MARDI | MERCREDI | JEUDI | VENDREDI |
|----------------------------------|-------|-------|----------|-------|----------|
| <b>ENTRÉE</b>                    |       |       |          |       |          |
| <b>PLAT &amp; ACCOMPAGNEMENT</b> |       |       |          |       |          |
|                                  |       |       |          |       |          |
| <b>PRODUIT LAITIER</b>           |       |       |          |       |          |
| <b>DESSERT</b>                   |       |       |          |       |          |

**B bio**  
1 élément bio/jour

**L Local**

Nos viandes proviennent de notre fournisseur "Bousquet" et les fruits du "Vergers des Bosquet" (du Tarn) lorsque l'approvisionnement le permet

P.A. n°4



<sup>L</sup> Circuits courts/ Produits locaux <sup>M</sup> maison <sup>B</sup> bio <sup>A</sup> Alternatif <sup>R</sup> Race Vache <sup>ALCANTARA</sup> <sup>ALCANTARA</sup> <sup>ALCANTARA</sup>

**Ansamble**  
UNE ALIMENTATION SAINE & NATURELLE  
AU PLUS PRÈS DES TERRITOIRES