

MENUS ROUFFIAC

Semaine n°19 : du 09 au 13 Mai 2022

REPAS VEGETARIEN

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
ENTRÉE	Concombre vinaigrette	P. de terre et maïs vinaigrette	Haricots verts échalote	Salade verte	Betteraves et mâche
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Palette de porc S/porc : Croq'végétarien	Poisson meunière citron	Couscous aux boulettes d'agneau	Sauté de boeuf marengo	Riz à la cantonnaise
	Purée de pois cassés	Carottes BIO à la crème curcuma	***	Pâtes tortis + râpé non bio	***
PRODUIT LAITIER	Yaourt nature sucré	Fondu Président	Emmental	Coulommiers	Fromage frais sucré
DESSERT	Flan vanille S/porc : Compote pêche	Poire	Pomme	Mousse au chocolat S/porc : Compote pomme ananas	Smoothie pomme fruits rouges



TOUT SAVOIR SUR NOS RECETTES

Semoule fantaisie:
semoule, tomate, maïs
Salade du Léon: chou-fleur, maïs, persil

P.A. n°2

Semaine n°20 : du 16 au 20 Mai 2022

REPAS VEGETARIEN

LA BRETAGNE



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
ENTRÉE	Semoule fantaisie	Carotte râpée	Salade de riz tomate concombre	Salade du Léon BIO (persil non bio)	Saucisson à l'ail S/porc : œuf dur mayonnaise
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Courgettes au bœuf	Parmentier d'haricots rouges	Rôti de porc au jus S/porc : Filet de colin sauce citron	Galette saucisse S/porc : Crêpe aux fruits de mer	Merlu sauce berycy
	***	***	Petits pois au jus	Salade verte	Haricots beurre
PRODUIT LAITIER	Cantal	Fraidou	Carré fromager	Yaourt aux fruits	Tomme noire
DESSERT	Pomme	Fromage blanc à la noix de coco	Poire	Crêpe au caramel beurre salé	Banane

Les labels de qualité (sauf BIO) concernent l'ingrédient majoritaire de la recette.

BIO

Le picto BIO indique une recette respectant les exigences du règlement CE n°889/2008. Pour les recettes contenant moins de 100% de produits BIO, l'ingrédient BIO sera précisé dans le libellé du plat.

P.A. n°3



Bleu Blanc Cœur



Plat végétarien



Label rouge



Viande/Œuf de France



Pêche responsable



UNE ALIMENTATION SAINE & NATURELLE
AU PLUS PRÈS DES TERRITOIRES

MENUS ROUFFIAC

Semaine n°21 : du 23 au 27 Mai 2022



	REPAS VEGETARIEN			ASCENSION	
	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
ENTRÉE	Macédoine de légumes	Raïta de concombre	Salade Arlequin	Ascension	
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Sauté de boeuf aux poivrons	Dahl de lentille corail et RIZ BIO	Quiche Lorraine <i>S/porc : Tarte aux légumes</i>		
	Pâtes tortis + râpé non bio	***	Salade verte		
PRODUIT LAITIER	Pont l'Evêque	Tomme blanche	Yaourt nature sucré		
DESSERT	Pomme	Flan vanille <i>S/porc : Compote pomme banane</i>	Purée pomme griotte		

TOUT SAVOIR SUR NOS RECETTES

Salade Arlequin: p. de terre, petits pois, maïs
Salade bicolore: carotte, radis
Raïta de concombre: concombre sauce fromage blanc au cumin, paprika, citron

P.A. n°4

Semaine n°22 : du 30 Mai au 3 Juin 2022

	REPAS VEGETARIEN				
	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
ENTRÉE	Betterave vgte	Tomate ciboulette	Carotte rapée au maïs	Coquillettes au basilic	Salade bicolore (carotte BIO)
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Croq basquaise	Parmentier de poisson (purée BIO)	Sauté de porc à l'estragon <i>S/porc : Omelette sauce provençale</i>	Boulettes de bœuf au thym	Rôti de porc au jus <i>S/porc : Nugget's de blé</i>
	Poêlée de légumes	***	Semoule	Ratatouille	Haricots blancs cuisinés
PRODUIT LAITIER	Yaourt nature sucré	Edam	Tomme blanche	Fraidou	Fromage blanc sucré
DESSERT	Madeleine	Pomme	Mousse au chocolat <i>S/porc : Compote poire</i>	Banane	Purée pomme pêche

Les labels de qualité (sauf BIO) concernent l'ingrédient majoritaire de la recette.

Le picto BIO indique une recette respectant les exigences du règlement CE n°889/2008. Pour les recettes contenant moins de 100% de produits BIO, l'ingrédient BIO sera précisé dans le libellé du plat.

P.A. n°5



Bleu Blanc Cœur



Plat végétarien



Label rouge



Viande/Oeuf de France



Pêche responsable



UNE ALIMENTATION SAINE & NATURELLE
AU PLUS PRÈS DES TERRITOIRES

MENUS ROUFFIAC

Semaine n°23 : du 6 au 10 Juin 2022

LUNDI DE PENTECOTE

REPAS VEGETARIEN



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
ENTRÉE		Taboulé (semoule BIO)	Concombre et tomate	Melon	Salade verte
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Pentecote	Poisson pané citron	Cari de lentilles et p. de terre	Marmite de poisson basquaise	Estouffade de bœuf
		Epinards béchamel	***	Pâtes papillon + râpé non bio	Frites + Ketchup
		Cantal	Gouda	Yaourt nature sucré	Coulommiers
		Pêche (sous réserve)	Flan chocolat <i>S/porc : Pomme</i>	Compote poire	Clafoutis aux abricots

TOUT SAVOIR SUR NOS RECETTES

Salade Italienne: pâtes, tomate, poivron, olive

P.A. n°1

Semaine n°24 : du 13 au 17 Juin 2022

REPAS VEGETARIEN

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
ENTRÉE	Carotte râpée	Macédoine de légumes mayonnaise	Salade Italienne BIO (olives et basilic non bio)	P. de terre, tomate, oignon vinaigrette	Concombre vinaigrette
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Colombo de porc <i>S/porc : Croq'végétarien</i>	Merlu sauce catalane	Paupiette de veau sauce curry	Omelette	Chili con carne et RIZ BIO
	Semoule	Blé	Haricots beurre	Ratatouille	***
PRODUIT LAITIER	Tomme noire	Fromage frais sucré	Mimolette	Fondu président	Coulommiers
DESSERT	Liégeois vanille <i>S/porc : Compote poire</i>	Nectarine (sous réserve)	Pomme	Banane	Mousse au chocolat <i>S/porc : Compote pomme fraise</i>

Les labels de qualité (sauf BIO) concernent l'ingrédient majoritaire de la recette.

Le picto BIO indique une recette respectant les exigences du règlement CE n°889/2008. Pour les recettes contenant moins de 100% de produits BIO, l'ingrédient BIO sera précisé dans le libellé du plat.

P.A. n°2



Bleu Blanc Cœur



Plat végétarien



Label rouge



Viande/Œuf de France



Pêche responsable



UNE ALIMENTATION SAINE & NATURELLE
AU PLUS PRÈS DES TERRITOIRES

MENUS ROUFFIAC

Semaine n°25 : du 20 au 24 Juin 2022



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
ENTRÉE	Salade pâtes basilic	Melon	Salade de RIZ BIO façon Niçoise	Tomate vinaigrette aux olives	Pâté de campagne <i>S/porc : Œuf dur mayonnaise</i>
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Filet de colin à la crème	Blé BIO à la Napolitaine	Jambon braisé <i>S/porc : Cake aux légumes</i>	Boulettes de bœuf à l'antiboise	Merlu beurre citron
	Poêlée de légumes	et emmental râpé	Courgettes béchamel	Purée de p. de terre	Carottes
PRODUIT LAITIER	Cantal	***	Yaourt sucré	Petit fromage frais ail et fines herbes	Mimolette
DESSERT	Pomme	Milk shake pomme griotte	Compote de pomme	Moelleux pêche lavande	Abricots

P.A. n°3

TOUT SAVOIR SUR NOS RECETTES

Salade de riz façon Niçoise: riz, tomate, oignon, olive, basilic
Salade de blé estivale: blé, concombre, menthe

Semaine n°26 : du 27 Juin au 1er Juillet 2022

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
ENTRÉE	Salade verte	Concombre vinaigrette	P. de terre échalote	Radis à la croque	Salade de riz Incas
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Goulash de boeuf	Saucisse sauce rougail <i>S/porc : Filet de colin sauce tomate</i>	Clafoutis tomate chèvre	Couscous de légumes BIO (épices non BIO)	Beignets de poisson citron
	Coquillettes + râpé non bio	Frites + ketchup	Pêlé mêle provençal	***	Haricots beurre
PRODUIT LAITIER	Yaourt aux fruits	Petit fromage frais nature	Tomme blanche	Edam	Gouda
DESSERT	Pêche	Flan nappé caramel <i>S/porc : Compote pomme fraise</i>	Banane	Fondant aux fruits rouges	Nectarine

P.A. n°4

Les labels de qualité (sauf BIO) concernent l'ingrédient majoritaire de la recette.

Le picto BIO indique une recette respectant les exigences du règlement CE n°889/2008. Pour les recettes contenant moins de 100% de produits BIO, l'ingrédient BIO sera précisé dans le libellé du plat.



Bleu Blanc Cœur



Plat végétarien



Label rouge



Viande/Œuf de France



Pêche responsable



UNE ALIMENTATION SAINE & NATURELLE
AU PLUS PRÈS DES TERRITOIRES

MENUS ROUFFIAC

Semaine n°27 : du 4 au 8 Juillet 2022

	REPAS VEGETARIEN		Vacances scolaires		
	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
 ENTRÉE	 Semoule fantaisie	Carotte râpée	Courgette râpée rémoulade	 Tomate à la croque	 Betterave vinaigrette
 PLAT & ACCOMPAGNEMENT	 Moussaka de bœuf	 Faboulettes de lentilles corail	 Filet de colin au curry	 Jambon blanc <i>S/porc Jambon de dinde</i>	Paëlla de poisson
	***	Ratatouille	 Tortis + râpé non bio	Chips	***
 PRODUIT LAITIER	Tomme noire	Petit fromage frais	Yaourt nature sucré	Vache qui rit	Edam
 DESSERT	Pastèque	Riz au lait	Compote pomme fraise	Fourrandise abricot	Pêche



TOUT SAVOIR SUR NOS RECETTES

Semoule fantaisie:
semoule, tomate, maïs

P.A. n°5

Semaine n°28 : du 11 au 15 Juillet 2022

	Vacances scolaires		REPAS VEGETARIEN		
	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
 ENTRÉE	Crêpe au fromage	Salade verte	Melon	Fête nationale	Concombre vinaigrette
 PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Rôti de porc au jus <i>S/porc : Tortilla</i>	Hachis parmentier BIO <i>(aromates non bio)</i>	 Coquillettes bolognaise de lentilles BIO <i>(aromates non bio)</i>		 Merlu basquaise
	 Petits pois	***	***		Semoule BIO aux petits légumes
 PRODUIT LAITIER	Emmental	Coulommiers	Yaourt aux fruits		Yaourt nature sucré
 DESSERT	Pomme	Flan vanille <i>S/porc : banane bio</i>	Clafoutis aux griottes		Compote poire

Les labels de qualité (sauf BIO) concernent l'ingrédient majoritaire de la recette.

 Le picto BIO indique une recette respectant les exigences du règlement CE n°889/2008. Pour les recettes contenant moins de 100% de produits BIO, l'ingrédient BIO sera précisé dans le libellé du plat.

P.A. n°1



Bleu Blanc Cœur



Plat végétarien



Label rouge



Viande/Œuf de France



Pêche responsable



UNE ALIMENTATION SAINE & NATURELLE
AU PLUS PRÈS DES TERRITOIRES

MENUS ROUFFIAC

Semaine n°29 : du 18 au 22 Juillet 2022

Vacances scolaires

REPAS VEGETARIEN

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
 ENTRÉE	 Tomate vinaigrette	Taboulé	Salade Arlequin	Betteraves ciboulette	Carotte râpée
 PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Jambon braisé sauce barbecue <i>S/porc : Nugget's de blé</i>	Colin sauce citron	Paupiette de veau marengo	 Riz à la cantonnaise	 Estouffade de bœuf
	Pommes rissolées	Ratatouille	Poêlée de légumes	***	 Pâtes papillons + râpé non bio
 PRODUIT LAITIER	Bûchette mi chèvre	 Cantal	Emmental 	Fromage frais sucré	Saint Paulin
 DESSERT	Crème dessert caramel <i>S/porc : Compote poire</i>	 Banane	Pastèque	Abricots	Mousse au chocolat <i>S/porc : Compote pomme ananas</i>

P.A. n°2

Semaine n°30 : du 25 au 29 Juillet 2022

Vacances scolaires

REPAS VEGETARIEN

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
 ENTRÉE	Salade de riz, poivrons, maïs	Concombre vinaigrette	 Salade pastourelle	Saucisson à l'ail <i>S/porc : œuf dur mayonnaise</i>	Salade verte
 PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Cordon bleu	 Couscous de légumes BIO (épices non BIO)	Palette de porc <i>S/porc : Omelette</i>	Bœuf aux olives	 Merlu sauce tomate
	 Courgettes à la tomate	***	Petits pois au jus	Carottes	 Purée de p. de terre
 PRODUIT LAITIER	Gouda	Fondu président	Yaourt nature sucré	Fromage frais au sel de Guérande	Coulommiers
 DESSERT	Nectarine	Fromage blanc aux fruits rouges	Cookies	 Banane	Purée pomme cassis

P.A. n°3



TOUT SAVOIR SUR NOS RECETTES

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

Les labels de qualité (sauf BIO) concernent l'ingrédient majoritaire de la recette.

 Le picto BIO indique une recette respectant les exigences du règlement CE n°889/2008. Pour les recettes contenant moins de 100% de produits BIO, l'ingrédient BIO sera précisé dans le libellé du plat.



Bleu Blanc Cœur



Plat végétarien



Label rouge



Viande/Œuf de France



Pêche responsable



UNE ALIMENTATION SAINE & NATURELLE
AU PLUS PRÈS DES TERRITOIRES

MENUS ROUFFIAC

Semaine n°31 : du 1er au 5 Août 2022

Vacances scolaires

REPAS VEGETARIEN

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
 ENTRÉE	Betteraves BIO ciboulette	Melon	P. de terre BIO échalote	Salade Louissette	 Semoule fantaisie
 PLAT & ACCOMPAGNEMENT	 Coquillettes bolognaise	 Curry de lentilles corail et RIZ BIO	Pizza au fromage	Cake provençal	Beignets de poisson citron
	***	***	Salade verte	Haricots verts	Epinards à la crème
 PRODUIT LAITIER	Yaourt aux fruits	Petit fromage frais nature	 Saint Nectaire	 Gouda	Edam
 DESSERT	Pomme	Flan nappé caramel <i>S/porc : Compote pomme fraise</i>	Nectarine	Clafoutis aux abricots	Pêche

Vacances scolaires



TOUT SAVOIR SUR NOS RECETTES

Salade Louissette: salade, tomate, raisins secs
Salade Italienne : pâtes, tomate, poivron, olive
Semoule fantaisie: semoule, tomate, maïs

Semaine n°32 : du 8 au 12 Août 2022

REPAS VEGETARIEN

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
 ENTRÉE	 Carotte râpée	Haricots verts échalote	Concombre vinaigrette	Salade Italienne BIO <i>(ail et basilic non BIO)</i>	 Tomate vinaigrette
 PLAT & ACCOMPAGNEMENT	 Courgettes au bœuf	Omelette sauce provençale	 Colin sauce catalane	 Nuggets de blé	 Rôti de porc <i>S/porc : croq'végétarien</i>
	***	 Riz créole	 Semoule	Petits pois	Haricots blancs cuisinés
 PRODUIT LAITIER	Yaourt nature sucré	Fondu président	Tomme noire	Fraidou	Fromage frais sucré
 DESSERT	Barre bretonne	Nectarine	Mousse au chocolat <i>S/porc : Compote pomme banane</i>	Pastèque	Purée pomme mûre

Les labels de qualité (sauf BIO) concernent l'ingrédient majoritaire de la recette.

 Le picto BIO indique une recette respectant les exigences du règlement CE n°889/2008. Pour les recettes contenant moins de 100% de produits BIO, l'ingrédient BIO sera précisé dans le libellé du plat.

P.A. n°5



Bleu Blanc Cœur



Plat végétarien



Label rouge



Viande/Œuf de France



Pêche responsable



UNE ALIMENTATION SAINE & NATURELLE
AU PLUS PRÈS DES TERRITOIRES

MENUS ROUFFIAC

Semaine n°33 : du 15 au 19 Août 2022

Vacances scolaires

REPAS VEGETARIEN

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
 ENTRÉE		 Salade verte	 Salade de pâtes tricolore	Melon	Courgette râpée vinaigrette à l'origan
 PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Assomption	Lasagnes à la bolognaise	Cordon bleu	 Boulgour aux pois chiches et ratatouille	 Parmentier de poisson (purée BIO)
 PRODUIT LAITIER		***	Haricots beurre	***	***
 DESSERT		Mimolette	Gouda	Yaourt nature sucré	Emmental
		Crème dessert vanille <i>S/porc : Compote pêche</i>	Pomme	Moelleux au cassis	Purée pomme abricot romarin



TOUT SAVOIR SUR NOS RECETTES

Salade de blé fantaisie:
blé, tomate, maïs

P.A. n°1

Semaine n°34 : du 22 au 26 Août 2022

Vacances scolaires

REPAS VEGETARIEN

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
 ENTRÉE	Tomate vinaigrette	Macédoine de légumes	Taboulé (semoule BIO)	P. de terre échalote	Salade verte
 PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Saucisse de Toulouse <i>S/porc : Tortilla</i>	 Merlu sauce tandoori	Boulettes d'agneau à la catalane	Omelette	Sauté de bœuf à la tomate
 PRODUIT LAITIER	Lentilles BIO à la provençale	 Riz créole	Carottes	Mitonnée de légumes	Coquillettes + râpé non bio 
 DESSERT	Petit fromage frais ail et fines herbes	Tomme blanche	Gouda	Fromage blanc sucré	Vache qui rit
	Flan chocolat <i>S/porc : Compote pomme</i>	Pastèque	Nectarine	 Banane	Milk shake pomme griotte

Les labels de qualité (sauf BIO) concernent l'ingrédient majoritaire de la recette.

 Le picto BIO indique une recette respectant les exigences du règlement CE n°889/2008. Pour les recettes contenant moins de 100% de produits BIO, l'ingrédient BIO sera précisé dans le libellé du plat.

P.A. n°2



Bleu Blanc Cœur



Plat végétarien



Label rouge



Viande/Cœuf de France



Pêche responsable



UNE ALIMENTATION SAINE & NATURELLE
AU PLUS PRÈS DES TERRITOIRES

MENUS ROUFFIAC

Semaine n°35 : du 29 Août au 2 Septembre 2022

Vacances scolaires

REPAS VEGETARIEN

Rentrée scolaire

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
ENTRÉE	 Salade de pâtes basilic	Melon	 Semoule fantaisie	Betterave vinaigrette	Pâté de foie <i>S/porc :</i> <i>Œuf dur mayonnaise</i>
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Feuilletté fromage	 Chili sin carne <i>(riz BIO)</i>	Jambon braisé sauce barbecue <i>S/porc : Nugget's de blé</i>	Tortis bolognaise BIO <i>(aromates non BIO)</i>	Colin pané citron
	Frites + ketchup	***	Haricots verts	***	Purée de courgette
PRODUIT LAITIER	Mimolette	 Cantal	Fraidou	Yaourt aux fruits	 Emmental
DESSERT	Nectarine	Œuf au lait	Fourrandise abricot	Pomme	Pêche



TOUT SAVOIR SUR
NOS RECETTES

Salade de blé estivale :
blé, concombre, menthe
Semoule fantaisie:
semoule, tomate, maïs

P.A. n°3



Bleu Blanc Cœur



Plat végétarien



Label rouge



Viande/Œuf de France



Pêche responsable

Ansamble
UNE ALIMENTATION SAINE & NATURELLE
AU PLUS PRÈS DES TERRITOIRES