Menus du 02 au 27 septembre 2019

lundi 02 septembre	mardi 03 septembre	mercredi 04 septembre	jeudi 05 septembre	vendredi 06 septembre
Salade verte			Pastèque	Salade de pâtes
Raviolis	Haut de cuisse de poulet		Sauté de porc au cumin	Filet de colin meunière
(plat complet)	Petits pois / carottes		Semoule	Duo d'haricots verts & beurre
	Saint Paulin			Yaourt sucré artisanal
Compote	Liégeois au chocolat		Flan vanille	

Menus visés et adaptés par la diététicienne

	lundi 09 septembre	mardi 10 septembre	mercredi 11 septembre	jeudi 12 septembre	vendredi 13 septembre
		Salade de lentilles		Melon	Pizza
Nos plats sont susceptibles de contenir des substances ou dérivés pouvant entrainer des allergies ou des intolérances. Pour toute information, merci de vous rapprocher du gérant.	Sauté de bœuf aux poivrons	Saucisse fraîche		Brandade de poisson	Omelette au fromage
	Riz	Carottes Vichy		(plat complet)	Ratatouille
	Fraidou			Gouda	
	Fruit de saison	Crème au caramel			Fruit de saison

lundi 16 septembre	mardi 17 septembre	mercredi 18 septembre	jeudi 19 septembre	vendredi 20 septembre
Taboulé (semoule)	Salade de tomates			
Aiguillettes de poulet	Steak haché		Quiche au fromage	Filet de colin
Poêlée de légumes	Potatoes		(plat complet)	Gratin de courgettes
			Yaourt sucré artisanal	Edam
Fruit de saison	Compote		Fruit de saison	Eclair au chocolat

AGRILOCAL 11 — Mettez de l'Aude dans vos recettes !

Produits régionaux — Produits BIO

	lundi 23 septembre	mardi 24 septembre	mercredi 25 septembre	jeudi 26 septembre	vendredi 27 septembre
		Salade de riz		Concombre vinaigrette	Melon
	Jambon braisé	Nugget's de poisson		Sauté de bœuf aux olives	Pâtes carbonara
	Purée de carottes	Gratin d'épinards		Pommes vapeur	(plat complet)
	Cantadou				Fondu carré
	Fruit de saison	Mousse au chocolat		Compote	

Cuisiniers du Pays d'Oc — www.api-restauration.com

Menus du 30 septembre au 18 octobre 2019

Rencontres du goût 2019

lundi 30 septembre	mardi 1er octobre	mercredi 2 octobre	jeudi 3 octobre	vendredi 4 octobre
Betteraves vinaigrette Sauté de dinde au paprika Purée de pommes de terre Saint Nectaire	Carottes râpées Boules d'agneau à la menthe Semoule Flan au caramel		Tarte aux légumes du soleil Rôti de porc sauce dijonnaise Haricots verts persillés Beignet au chocolat	Salade de pâtes Calamars à la romaine Gratin de courgettes Petit suisse sucré

lundi 7 octobre	mardi 8 octobre	mercredi 9 octobre	jeudi 10 octobre	vendredi 11 octobre
Sauté de veau marengo Pâtes + râpé Emmental Compote	Cordon bleu Petits pois / Carottes Gouda Liégeois au caramel		Melon Sauté de porc au caramel Riz cantonais Yaourt aromatisé artisanal	Salade verte Quiche thon / tomate (plat complet) Camembert

Nos plats sont susceptibles de contenir des substances ou dérivés pouvant entrainer des allergies ou des intolérances. Pour toute information, merci de vous rapprocher du gérant.

Produits régionaux

Produits BIO

lundi 14 octobre	mardi 15 octobre	mercredi 16 octobre	jeudi 17 octobre	vendredi 18 octobre
Taboulé Rôti de porc au jus Duo de carottes et navets caramélisés Yaourt sucré	Cheeseburger Potatoes Saint Paulin Fruit de saison		Filet de poisson sauce curry Semoule Brie Tarte aux pommes	Feuilleté croisillon champignons Omelette au fromage Purée de potiron Fruit de saison

Cuisiniers api du Pays d'Oc
www.api-restauration.com

Menus visés et adaptés par la diététicienne

AGRILOCAL 11
Mettez de l'Aude dans vos recettes !