Menus du 04 au 29 Novembre 2019

lundi 04 novembre	mardi 05 novembre	mercredi 06 novembre	jeudi 07 novembre	vendredi 08 novembre
tteraves vinaigrette Raviolis (plat complet) Fruit de saison	Taboulé (semoule) Haut de cuisse de poulet grillé Gratin de brocolis Flan au caramel		Rôti de porc Courgettes béchamel Gouda Paris Brest	Concombres vinaigrette Brandade de poisson (plat complet) Fruit de saison

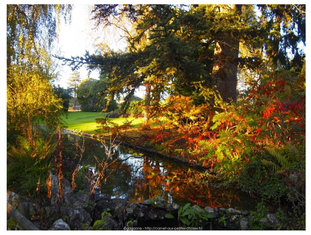
Dicton du mois de Novembre :
"Au vingt et un novembre brumeux, hiver rigoureux."

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.

Menus visés et adaptés par la diététicienne

lundi 11 novembre	mardi 12 novembre	mercredi 13 novembre	jeudi 14 novembre	vendredi 15 novembre
FERIE	Salade d'haricots verts Sauté de bœuf aux olives Riz Fruit de saison		Soupe de légumes Filet de colin à l'aneth Semoule Fromage blanc sucré	Jambon braisé Chou-fleur béchamel Edam Mousse au chocolat

lundi 18 novembre	mardi 19 novembre	mercredi 20 novembre	Repas d'automne jeudi 21 novembre	vendredi 22 novembre
Saucisse fraiche Petits pois / Carottes Mimolette Compote	Salade de pâtes Filet de poisson meunière Poêlée de légumes Crème à la vanille		Soupe de courge Haut de cuisse de poulet Riz forestier Yaourt artisanal à la crème de marron	Carottes râpées Omelette au fromage Purée pommes de terre / panais Fruit de saison



Produits régionaux

Produits BIO

lundi 25 novembre	mardi 26 novembre	mercredi 27 novembre	jeudi 28 novembre	vendredi 29 novembre
Veau marengo Coquillettes + râpé Cantal Fruit de saison	Filet de poulet à la crème Brocolis Emmental Tarte aux pommes		Lasagnes de légumes (plat complet) Edam Flan au chocolat	Chou blanc sauce cocktail Cassolette de poisson aux fruits de mer Potatoes Fruit de saison

Menus du 02 au 20 Décembre 2019

Dicton du mois de Décembre :
"Décembre ensoleillé, été mouillé."

lundi 02 décembre	mardi 03 décembre	mercredi 04 décembre	jeudi 05 décembre	vendredi 06 décembre
Blanquette de porc Semoule Saint Paulin Fromage blanc aromatisé	Œuf dur mayonnaise Haut de cuisse de poulet Epinards béchamel Banane		Chili végétarien Riz Brie Fruit de saison	Crêpe jambon / fromage Filet de poisson sauce ciboulette Fondue de poireaux Compote

lundi 09 décembre	mardi 10 décembre	mercredi 11 décembre	jeudi 12 décembre	vendredi 13 décembre
Knacki Purée de pommes de terre Edam Fruit de saison	Salade de riz Omelette au fromage Petits pois / carottes Mousse au chocolat		Sauté de bœuf aux oignons Frites Petit suisse sucré Fruit de saison	Rosette + cornichon Rôti de dinde à la moutarde Haricots plats persillés Yaourt sucré

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

Repas de noël

lundi 16 décembre	mardi 17 décembre	mercredi 18 décembre	jeudi 19 décembre	vendredi 20 décembre
Boules d'agneau à la menthe Semoule Coulommiers Fruit de saison	Cordon bleu Choux de Bruxelles Gouda Liégeois au caramel		Feuilleté festif Sauté de dinde aux marrons Haricots verts aux champignons & pommes duchesses Bûche de noël	Salade verte Brandade de poisson (plat complet) Compote

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

Menus visés et adaptés par la diététicienne

MENU CONFORME AU GEMRCN 2011 — Pôle Nutrition & Santé

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