

# MENUS OCTOBRE 2023

Menus pouvant être modifiés suivant les livraisons et activités



Bon Appétit

|  |  |  |   |
|--|--|--|---|
| <p>LUNDI 2 OCTOBRE</p> <p>Salade d'épinards/ thon<br/>Blanquette de veau(orig,F)<br/>Pâtes<br/>Emmental BIO<br/>Cocktail de fruits<br/><u>Idee du soir :</u><br/><i>lentilles façon cantonaise</i></p>               | <p>MARDI 3 OCTOBRE</p> <p>Salade de Blé<br/>Saucisse<br/>Petits pois<br/>Yaourt sucré<br/>Fruit<br/><u>Idee du soir :</u><br/><i>Frittata aux champignons, chèvre et épinard</i></p>                           | <p>JEUDI 5 OCTOBRE</p> <p>Carottes vinaigrette<br/>Tajine de légumes BIO<br/>Riz blanc<br/>Fromage<br/>Éclair au chocolat<br/><u>Idee du soir :</u><br/><i>œuf mollet crème de pois chiche et fondue de poireaux</i></p> | <p>VENDREDI 6 OCTOBRE</p> <p>Chou-fleur mimosa BIO<br/>Filet de poisson<br/>Mélange de céréales<br/>Fromage de chèvre<br/>Fruit<br/><u>Idee du soir :</u><br/><i>Flognarde aux poires</i></p> |
| <p>LUNDI 9 OCTOBRE</p> <p>Friand<br/>Escalope de poulet<br/>Ratatouille BIO<br/>Fromage<br/>Fruit<br/><u>Idee du soir :</u><br/><i>Galette de pomme de terre au thon et sa salade</i></p>                            | <p>MARDI 10 OCTOBRE</p> <p>Betterave crue/pomme<br/>Filet de poisson<br/>Légumes saveur<br/>Cantal<br/>Compote de Fruits<br/><u>Idee du soir :</u><br/><i>one pot pasta au poulet crémeux et brocolis</i></p>  | <p>JEUDI 12 OCTOBRE</p> <p>Salade de lentilles<br/>Sauté de porc<br/>Carottes<br/>Fromage<br/>Fruit<br/><u>Idee du soir :</u><br/><i>Quiche champignon, dès de jambon, brie et sa salade</i></p>                         | <p>VENDREDI 13 OCTOBRE</p> <p>Endives/ croûtons<br/>Galette soja/tomate<br/>Petits pois<br/>Babybel<br/>Crème dessert BIO<br/><u>Idee du soir :</u><br/><i>Gâteau aux noix et pommes</i></p>  |
| <p>LUNDI 16 OCTOBRE</p> <p>Céleri rave/ maïs<br/>Chili Cone Carne (orig,F)<br/>Haricots rouges<br/>Fromage<br/>Tarte aux pommes<br/><u>Idee du soir :</u><br/><i>Croque Madame au cheddar et salade de mâche</i></p> | <p>MARDI 17 OCTOBRE</p> <p>Haricots verts en salade<br/>Poêlée ratatouille BIO<br/>Spaghettis<br/>Yaourt aromatisé<br/>Fruit<br/><u>Idee du soir :</u><br/><i>Riz crémeux aux carottes et pois chiches</i></p> | <p>JEUDI 19 OCTOBRE</p> <p>Salade de chou blanc<br/>Jambon blanc<br/>Purée<br/>Vache qui rit BIO<br/>Compote de fruits<br/><u>Idee du soir :</u><br/><i>omelette chorizo/poivrons et salade</i></p>                      | <p>VENDREDI 20 OCTOBRE</p> <p><b>MENU HALLOWEEN</b><br/><u>Idee du soir :</u><br/><i>Tarte à la Citrouille</i></p>  |

