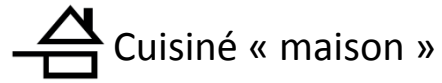
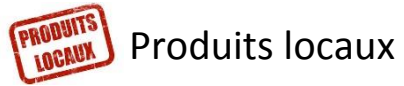
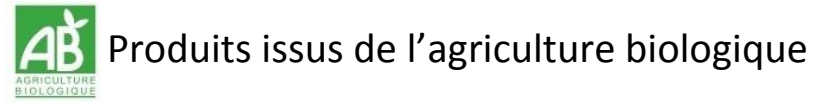


# Menu du mois de octobre 2020 *(menu susceptible d'être modifié)*

Les menus sont élaborés en collaboration avec une diététicienne. Cuisinés au sel de Guérande . Viande bovine origine france



Ce menu est composé de produits :

**Bio = 95.79 %**

*(Dont 56.30 % de produits Bio Locaux)*

Conventionnels = 4.29 %

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI 01	VENDREDI 02
<p>AB Produits Locaux</p> <p>x x x</p> <p>x x x</p> <p>x x</p> <p>x x</p> <p>x x x</p> <p>pain x x</p>	<p>AB Produits Locaux</p> <p>x x</p> <p>x x</p> <p>x x</p> <p>x x</p> <p>pain x x</p>	<p>AB Produits Locaux</p> <p>x x</p> <p>x x</p> <p>x x</p> <p>x x</p> <p>pain x x</p>	<p>AB Produits Locaux</p> <p>Salade de quinoa x x</p> <p>Steak haché x x</p> <p>Haricot vert x</p> <p>Fromage x x</p> <p>Fruit de saison x x x</p> <p>pain x x</p>	<p>AB Produits Locaux</p> <p>œufs dur +salade x x x</p> <p>Pilon de poulet x x</p> <p>Pate x x</p> <p>Yaourt x</p> <p>pain x x</p>
LUNDI 05	MARDI 06	MERCREDI 07	JEUDI 08	VENDREDI 09
<p>AB Produits Locaux</p> <p>Salade verte au foie de volailles x x</p> <p>Ragout d'agneau x x</p> <p>Pdt/carotte x x x</p> <p>Yaourt vanille x</p> <p>Fruit de saison x x x</p> <p>Pain x x</p>	<p>AB Produits Locaux</p> <p>Carotte râpée x x x</p> <p>Sauté de poulet curry x x</p> <p>riz x x x</p> <p>Gâteau au chocolat x x</p> <p>pain x x</p>	<p>AB Produits Locaux</p> <p>Salade verte +graine de courge x x</p> <p>Galettes végétales x x</p> <p>Haricot vert/pdt x x</p> <p>Fromage x x</p> <p>Compote x</p> <p>pain x x</p>	<p>AB Produits Locaux</p> <p>Soupe de courge x x x</p> <p>Filet de lieu x</p> <p>Chou-fleur/ pdt x x</p> <p>Fromage x x</p> <p>Fruit de saison x x x</p> <p>pain x x</p>	<p>AB Produits Locaux</p> <p>Carotte râpée x x x</p> <p>Emincées de bœuf x x x</p> <p>Riz x x x</p> <p>yaourt x</p> <p>pain x x</p>
LUNDI 12	MARDI 13	MERCREDI 14	JEUDI 15	VENDREDI 16
<p>AB Produits Locaux</p> <p>Salade de haricot vert x x</p> <p>Chipolatas de bœuf x x x</p> <p>purée x</p> <p>Fromage blanc miel x x</p> <p>Fruit de saison x x x</p> <p>pain x x</p>	<p>AB Produits Locaux</p> <p>Feuilletée tomate chèvre x x</p> <p>Salade verte x x x</p> <p>Crozet aux lentilles x x</p> <p>Fruit x x</p> <p>pain x x</p>	<p>AB Produits Locaux</p> <p>Salade verte+ dés de fromage x x x</p> <p>émincée de volaille x x</p> <p>Petit épeautre +légumes x x x</p> <p>Tarte au pomme x x</p> <p>pain x x</p>	<p>AB Produits Locaux</p> <p>Carotte râpée x x x</p> <p>Bourguignon de bœuf x x x</p> <p>pate x</p> <p>Fromage x x</p> <p>Fruit de saison x x x</p> <p>pain x x</p>	<p>AB Produits Locaux</p> <p>Salade vert pomme x x x</p> <p>Moule x x x</p> <p>Frite x x x</p> <p>Fromage x x</p> <p>Fruit de saison x x</p> <p>pain x x</p>
LUNDI 19	MARDI 20	MERCREDI 21	JEUDI 22	VENDREDI 16
<p>AB Produits Locaux</p> <p>Salade de brocoli x x</p> <p>Ravioli épinard x</p> <p>Sauce tomate emmental râpée x</p> <p>Fruit de saison x x x</p> <p>pain x x</p>	<p>AB Produits Locaux</p> <p>Salade au concassée amande x x</p> <p>Pilon de poulet x x</p> <p>Pdt sautée x x x</p> <p>Yaourt brassé fraise x</p> <p>pain x x</p>	<p>AB Produits Locaux</p> <p>Guacamole x x</p> <p>Filet de truite X</p> <p>Spaghettis X x</p> <p>Tomme grise x x</p> <p>Compote x x</p> <p>pain x x</p>	<p>AB Produits Locaux</p> <p>Concombre vinaigrette x x x</p> <p>Boulette de bœuf +tomate x x</p> <p>Riz long blanc x x</p> <p>Fromage blanc x x</p> <p>Fruit de saison x x</p> <p>pain x x</p>	<p>AB Produits Locaux</p> <p>Carotte râpée x x x</p> <p>Roti de porc x x x</p> <p>Purée x x x</p> <p>Fromage x x</p> <p>Eclair chocolat x x</p> <p>pain x x</p>
LUNDI 26	MARDI 27	MERCREDI 28	JEUDI 29	VENDREDI 30
<p>AB Produits Locaux</p> <p>Concombre x x x</p> <p>Pate végétarienne x x</p> <p>+gruyère râpée x</p> <p>Fruit de saison x x</p> <p>pain x x</p>	<p>AB Produits Locaux</p> <p>Salade verte x x x</p> <p>Pizza x x</p> <p>Glace x</p> <p>Pain x x</p>	<p>AB Produits Locaux</p> <p>Carotte râpée x x x</p> <p>Steak haché x</p> <p>Pdt /sautée x x x</p> <p>Yaourt x</p> <p>Pain x x</p>	<p>AB Produits Locaux</p> <p>Salade de lentilles fromage x x x</p> <p>Filet de lieu x</p> <p>Choux fleur x x</p> <p>Fruit de saison x x x</p> <p>Pain x x</p>	<p>AB Produits Locaux</p> <p>Salade mélangé x x</p> <p>Sauté d'agneau x x</p> <p>Petit épeautre x x x</p> <p>Yaourt au fruit x</p> <p>Pain x x</p>