

Lundi

Entrée
Plat principal
Légume Féculent
Produit laitier
Dessert

Carottes râpées vinaigrette
Haché de bœuf sauce tomate
Tortis
Vache picon
Compote



Taboulé
Escalope de dinde à la moutarde
Courgettes persillées
Yaourt sucré
Fruit



Mardi

Salade au surimi
Poisson mariné huile d'olive et citron vert
Haricots beurre
Mimolette
Fruit



Mercredi

Radis beurre
Œufs durs
Lentilles
Fromage blanc nature
Confiture coupelle



Jeudi

Crudités aux acharés
Poulet YASSA
Riz
Yaourt Noix de Coco
Vache Occitane
Banane



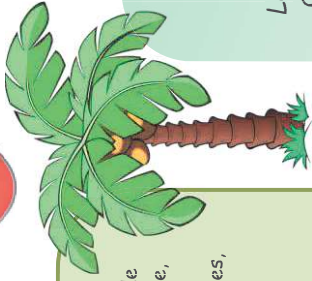
Les groupes d'aliments :

Nos Entrées :

- Taboulé : semoule, tomates, poivrons, oignons, vinaigre, huile de tournesol, huile d'olive, épices, persil, menthe, ciboulette, poivre, citron.
- Crudités aux acharés : chou blanc, chou vert, chou fleur, carottes, concombre, haricots verts, oignon, assaisonnement

Nos sauces :

- Sauce tomate : sauce tomate, tomate concentrée, oignons.
- Sauce moutarde : moutarde de Dijon, oignons, vin blanc, roux, jus, crème fraîche.
- Sauce Yassa : moutarde, jus de citron, ail, bouillon, jus, oignons.



* Présence de porc

La noix de coco

La noix de coco est un fruit exotique découvert par Marco Polo au début du 14e siècle. Séduit, il décide de l'importer en EUROPE. Elle est originaire de l'Asie du Sud-Est et de la Polynésie mais on la retrouve également en Afrique.

La noix de coco pèse, en moyenne, 1,5kg. Elle contient une chair dense et blanche, la pulpe, et un liquide sucré, l'eau de coco. Elle est riche en graisses dites "saturées" (à limiter) mais contient des vitamines, des minéraux et des fibres. Avec la noix de coco, on fait de l'huile de Coco (ou de Coprah) qui est à limiter dans



Pour des raisons d'approvisionnement, Occitanie Restauration se réserve le droit de modifier certaines composantes du menu et vous remercie de votre compréhension. Conformément au décret du 17/12/2002, Occitanie Restauration vous informe que la viande de bœuf est d'origine française. Selon l'article R.112-14 du décret du 17 avril 2015, la cuisine centrale met à disposition un repas sans les 14 allergènes réglementaires qui s'intègre dans le dispositif déployé par votre établissement. Merci d'orienter toute personne intéressée vers votre service de restauration pour en bénéficier.