



# AU MENU DES CANTINES MUNICIPALES



**Lundi**                      **Mardi**                      **Mercredi**                      **Jeudi**                      **Vendredi**

**Du 04 au 08 juin 2018**

Concombres en salade ⑦⑩	Mélange de pâtes en salade ①⑩	Taboulé ①④⑩	Betteraves & carottes râpées ⑩	Pizza ①⑦
Brandade de morue ⑦ SV : œufs	Œufs à la coque ③ SV : poisson	Escalope de veau VF persillée SV : boulettes de sarrasin	Émincé de bœuf VF SV : steak fromager	Rôti de porc au jus SP/SV : œufs
	Épinards à la crème ⑦	Choux fleurs en gratin ①⑦	Pommes de terre sautées	Haricots plats persillés ⑦
Faiselle au miel ⑦	Emmental ⑦	Samos ⑦	Yaourt nature ⑦	Glace ⑦
Pomme	Compote de pommes	Fraises	Cerises	Banane
Pain ①	Pain ①	Pain ①	Pain ①	Pain ①

**Du 11 au 15 juin 2018**

Salade verte aux poivrons ⑩	Tomates & cœurs de palmiers ⑩	Boullghour & petits légumes ① ⑩	Caviar de lentilles ③	Betteraves cuites en salade ⑩
Pennes fraîches aux fruits de mer ④⑦⑦	Escalope de dinde au jus SV : Crêpe au fromage	Côte de porc poêlée SP/SV : Boulettes de pois chiches	Escalope de veau persillée VF ⑦ SP/SV : Fromage	Ravioli au chèvre
Fromage des Pyrénées ⑦	Purée de pommes de terre ⑦	Carottes sautées ⑦	Carottes sautées ⑦	Fromage blanc ⑦
Mélange de fruits au sirop	Yaourt nature ⑦	Crottin de chèvre ⑦	Tarte au chocolat ①③⑦	Melon
Pain ①	Pain ①	Pain ①	Pain ①	Pain ①

## COUPE DU MONDE DE FOOTBALL 2018

	<b>Maroc</b>	<b>Portugal</b>	<b>Espagne</b>	<b>Mexique</b>
Houmous de pois chiches ⑦	Salade de carottes à la marocaine ⑩	Salade portugaise	Tomates à la catalane (oignons, olives, ail & salami) ④⑩	Guacamole ⑩
Omelette au gruyère ③⑦	Navarin d'agneau VF façon couscous SV : Aiguillette de blé	Filet de cabillaud à la crème de poivrons ④⑦	Poulet rôti au safran SV : Nuggets de blé	Sauté de porc façon chili SP/SV : steak boullghour
Haricots plats en persillade ⑦	Semoule ①⑦	Pommes de terre au chorizo ⑦	Riz à l'espagnole ①	Haricots rouges ⑦
Petit suisse au sucre ⑦	Yaourt brassé ⑦	Tomme de vache ⑦	Yaourt bulgare ⑦	Tomme de l'Ariège ⑦
Pomme	Melon jaune	Pastei de nata	Compote de pommes	Pastèque
Pain ①	Pain ①	Pain ①	Pain ①	Pain ①

## COUPE DU MONDE DE FOOTBALL 2018

	<b>France</b>	<b>Allemagne</b>	<b>Japon</b>	<b>Brésil</b>
Patates douces en salade ①④⑩	Courgettes en salade ⑩	Salade de pommes de terre à l'oignon & saucisse ⑩	Salade de concombres au soja ⑩⑥	Cœurs de palmiers mayo ⑦⑩
Filet meunière au citron ④	Rôti de veau VF sauce champignons SV : Œuf	Côte de porc aux pommes SP/SV : Poisson	Bœuf haché aux oignons SV : Panibus	Émincé de dinde sauce poivrons ⑦ SV : Boulettes aux lentilles
Mélange de cucurbitacées au cumin ⑦	Lentilles du Puy ①⑦	Choux rouges & verts braisés ⑦	Pâtes	Poêlée de légumes
Fromage blanc ⑦	Tomme de l'Ariège ⑦	Babybel ⑦	Crottin de chèvre au miel ⑦	Yaourt nature ⑦
Cerises	Poire au chocolat	Tarte aux cerises ③⑦③	Salade de fruits exotiques	Chou à la crème
Pain ①	Pain ①	Pain ①	Pain ①	Pain ①

**Du 02 au 06 juillet 2018**

Pommes de terre en salade ⑩	Tomates en salade ⑩	Pâtes en salade ①③④⑩	Melon	
Omelette au gruyère ③⑦	Dos de lieu au citron ④ ⑦	Escalope de dinde au jus SV : steak fromager	Émincé de bœuf VF sauté SV : steak de poisson	
Haricots verts persillés ⑦	Riz pilaf ①	Courgettes sautées	Semoule ①⑦	
Tomme de vache ⑦	Camembert ⑦	Yaourt nature ⑦	Fromage blanc ⑦	
Abricots	Pêche	Brugnon	Compote de pommes	
Pain ①	Pain ①	Pain ①	Pain ①	 Tomates cerises Fajitas au poulet SV : fromage Frites de patates douces Pastèque Glace

Contrôlé par  
**ECOCERT**  
EN CUISINE

POUR UNE CANTINE  
+ BIO  
+ SAINE  
+ LOCAL  
+ DURABLE

Menus susceptibles de changer suivant l'approvisionnement.

VF : viande française  
SP : régime alimentaire sans porc  
SV : régime alimentaire sans viande  
E : Produit Équitable

Menus conformes au GEMRCN

<p>Cantine Municipale "Las Parets" - 05.61.60.28.22.</p>	<p><b>LISTE D'ALLERGÈNES :</b></p> <p>① Céréales contenant du gluten, blé, seigle, orge, avoine ② Crustacés et produits à base de crustacés ③ Œufs et produits à base d'œufs ④ Poisson et produits à base de poisson ⑤ Arachide et produits à base d'arachide ⑥ Soja et produits à base de soja ⑦ Lait et produits à base de lait ⑧ Fruits à coque (Amandes, noisettes, noix, noix de cajou, noix de pecan, pistaches...) ⑨ Céleri et produits à base de céleri ⑩ Moutarde et produits à base de moutarde ⑪ Graines de sésame et produit à base de sésame ⑫ Anhydride sulfureux et sulfites (en certaines quantités) ⑬ Lupin et produits à base de lupin ⑭ Mollusques et produits à base de mollusques</p>
--	--