

# 6-Menus Cadours



TOUT SAVOIR SUR NOS RECETTES

**Salade vendéenne:** chou blanc râpé, raisins secs  
**Salade américaine:** p. de terre, maïs, tomate, céleri, œuf dur

En gras les plats contenant du porc

**A** Repas sans protéine d'origine animale  
**M** Dessert maison

**B bio**  
 1 bio/jour + 12 repas bio/an sont proposés

**L Local**  
 Nos viandes proviennent de notre fournisseur "Bousquet" et les fruits du "Vergers des Bosquet" (du Tarn) lorsque l'approvisionnement le permet

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
ENTRÉE					
PLAT & ACCOMPAGNEMENT					
PRODUIT LAITIER					
DESSERT					

P.A. n°4

Semaine n°19 : du 6 au 10 Mai 2019

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
ENTRÉE	Salade verte	Betteraves vinaigrette		Salade vendéenne bio	Salade américaine
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Sauté de bœuf aux oignons RAV <i>s/viande : Feuilleté au fromage</i>	Filet de colin sauce crevettes		Tortis bolognaise RAV (Plat complet) <i>s/viande : Tortis au poisson</i>	<b>Saucisse de Strasbourg ketchup s/viande s/porc : Omelette s/provençale</b>
PRODUIT LAITIER	<b>B</b> Yaourt nature sucré bio	<b>B</b> Riz pilaf bio		***	Haricots verts
DESSERT	Fourrandise à la fraise	Kiwi		Brie bio	Rondelé nature
				Fruits bio	<b>B</b> Purée de pommes bio <b>M</b>

P.A. n°5

**L** Circuits courts/ Produits locaux **M** maison **B** bio **A** Alternatif

# 6-Menus Cadours

Semaine n°20 : du 13 au 17 Mai 2019

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	Fête des Lanternes- Sri Lanka (menu sous réserve) Carottes râpées au cumin	VENDREDI
ENTRÉE	Radis beurre	Concombre vinaigrette	Pâtes au basilic		Céleri rémoulade
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Hachis parmentier RAV (Plat complet)  <i>s/viande : Flan aux oignons</i>	Filet de colin sauce catalane	<b>Rôti de porc au jus</b> <i>s/viande : Tarte chèvre basilic - s/porc : Escalope de dinde</i>	<i>Emincé de poulet curry Label Rouge </i> <i>s/viande : Omelette s/ce tomate</i>	Marmite de poisson basquaise
	*** <i>s/viande : Purée de pommes de terre</i>	 Semoule bio	Poêlée de légumes	 <i>Riz pilaf bio </i>	Tortis
PRODUIT LAITIER DESSERT	 Yaourt sucré bio	Emmental	Fondu président	<i>Lassi à la mangue </i>	Camembert bio 
	Flan nappé caramel	Fraises (sous réserve)	 Pomme bio	<i>Rocher coco</i>	Purée pomme cassis 

P.A. n°1

Semaine n°21 : du 20 au 24 Mai 2019

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
ENTRÉE	Salade verte	Crêpe au fromage	Betteraves vinaigrette bio	<b>Saucisson à l'ail</b> <i>s/viande s/porc : Œuf dur mayonnaise</i>	Haricots verts vinaigrette
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	<b>Rougail de saucisse</b> <i>s/viande s/porc : Croque végétarien fromage épinards s/ce tomate</i>	Colin meunière citron	Sauté de bœuf au jus RA  <i>s/viande : Omelette au fromage</i>	Escalope de dinde sauce barbecue <i>s/viande : Filet de colin</i>	Couscous de légumes et semoule (plat sans viande) 
	 Riz créole bio	Courgettes béchamel	Coquillettes bio	Ratatouille	***
PRODUIT LAITIER DESSERT	Bûchette mi chèvre	Yaourt nature sucré	Gouda bio	Coulommiers	Edam
	Crème dessert vanille	 Pomme bio	Purée pomme fraise bio	 Kiwi bio	 Poire Bio

P.A. n°2



TOUT SAVOIR SUR NOS RECETTES

**Lassi à la mangue :** Lait, fromage blanc, purée pomme mangue, sucre  
**Marmite de poisson basquaise :** Colin, oignons, poivrons rges et verts, tomates concassées, cocktail fruits de mer  
**Rougail de saucisse :** Tomate, ail, herbes de provence, jus de citron, gingembre



1 bio/jour + 12 repas bio/an sont proposés

En gras les plats contenant du porc



Nos viandes proviennent de notre fournisseur "Bousquet" et les fruits du "Vergers des Bosquet" (du Tarn) lorsque l'approvisionnement le permet

# 6-Menus Cadours

Semaine n°22 : du 27 au 31 Mai 2019

	LUNDI	MARDI 	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
 ENTRÉE	Salade arlequin	<b>Salade coleslaw</b>	Tomate vinaigrette		
 PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Escalope de poulet Label Rouge  <i>s/viande : Feuilleté du pêcheur</i>	Cheeseburger <i>s/viande : Nugget's de blé</i>	<b>Sauté de porc au paprika</b> <i>s/viande s/porc : Filet de colin sauce paprika</i>		
	Pêlé môle provençal	<b>Frites</b>	Riz pilaf		
 PRODUIT LAITIER	<b>B</b> Emmental bio	<b>B</b> St Paulin bio	Camembert		
 DESSERT	Pêche (sous réserve)	<b>Liégeois vanille</b>	<b>B</b> Purée de pommes bio <b>M</b>		

P.A. n°3

Semaine n°23 : du 3 au 7 Juin 2019

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
 ENTRÉE	Betteraves vinaigrette	<b>B</b> Salade verte bio	Salade de pâtes tricolore bio <b>B</b>	Macédoine de légumes mayonnaise	Carottes râpées bio vinaigrette <b>B</b>
 PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Lasagne bolognaise (Plat complet) <i>s/viande : Lasagne végétarienne</i>	<b>Jambon blanc</b> <i>s/viande : Œufs durs</i> <i>s/porc : Jambon de dinde</i>	Pizza au fromage	Cordon bleu <i>s/viande : Cake provençal</i>	Filet de colin sauce tomate
	***	Salade nicarde	Ratatouille	Haricots beurre	Purée de brocolis
 PRODUIT LAITIER	Tomme noire	Bûchette mi chèvre	Fondu président	Camembert	Gouda
 DESSERT	<b>B</b> Pomme bio	Flan nappé caramel	Abricot	<b>B</b> Riz au lait bio <b>M</b>	Purée pomme framboise <b>M</b>

P.A. n°4



TOUT SAVOIR SUR NOS RECETTES

**Salade arlequin :** pommes de terre, maïs, poivron rouge, poivron vert  
**Salade coleslaw :** carottes, chou blanc  
**Salade Nicarde:** Pomme de terre, tomates cubes, haricots vert



1 bio/jour + 12 repas bio/an sont proposés

En gras les plats contenant du porc



Nos viandes proviennent de notre fournisseur " Bousquet " et les fruits du " Vergers des Bosquet " (du Tarn) lorsque l'approvisionnement le permet



UNE ALIMENTATION SAIN & NATURELLE AU PLUS PRÈS DES TERRITOIRES

# 6-Menus Cadours

Semaine n°24 : du 10 au 14 Juin 2019

PENTECOTE					
	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI
ENTRÉE		Chou-fleur vinaigrette	Melon	Pâtes basilic	Tomate vinaigrette
PLAT & ACCOMPAGNEMENT		Marmite de poisson basquaise	Escalope de poulet au jus Label Rouge  <i>S/viande : Nugget's de blé</i>	Courgettes au bœuf RAV (Plat complet) 	<b>Palette de porc sauce diable</b> <i>S/viande s/porc : Filet de colin sauce crème</i>
		 Semoule bio	Lentilles	*** <i>S/viande : Courgettes béchamel</i>	Mitonnée de légumes
Edam		Cotentin	 Camembert bio	 Yaourt nature sucré bio	
Nectarine		Purée pomme romarin bio  	Pêche	Barre bretonne	
PRODUIT LAITIER					
DESSERT					

P.A. n°5

Semaine n°25 : du 17 au 21 Juin 2019

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI
ENTRÉE	Crêpe au fromage	Carottes râpées bio	Saucisson à l'ail <i>S/viande s/porc : Œuf dur mayonnaise</i>	Féria - Espagne (menu sous réserve) <b>Gaspacho</b>	 Betteraves bio vinaigrette
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	<b>Rôti de porc au jus</b> <i>S/viande : Flan de légumes</i> <i>S/porc : Rôti de dinde</i>	Tajine de légumes bio et pois chiches (plat sans viande) 	Colin pané citron	 <b>Paëlla bio (Plat complet)</b> <i>S/viande : Tortilla</i>	Filet de colin beurre blanc
	<b>Petits pois cuisinés</b> <i>S/viande s/porc : Petit pois au jus</i>	***	Haricots verts	*** <i>S/viande : Pêlé mêlé provençal</i> 	Pâtes papillons
PRODUIT LAITIER	Mimolette	Gouda bio	Fromage frais sucré	<b>Tomme noire</b>	Yaourt aromatisé
DESSERT	Compote de pommes bio 	Madeleine bio	 Banane bio	<b>Melon d'Espagne</b>	Abricots

P.A. n°1



TOUT SAVOIR SUR NOS RECETTES

**Marmite de poisson basquaise :**  
Colin, oignons, poivrons rges et verts, tomates concassées, cocktail fruits de mer

**Courgettes au bœuf :**  
Courgettes, bœuf, oignons, tomate, ail, sauce béchamel

 bio

1 bio/jour + 12 repas bio/an sont proposés

**En gras les plats contenant du porc**

 Local

Nos viandes proviennent de notre fournisseur "Bousquet" et les fruits du "Vergers des Bosquet" (du Tarn) lorsque l'approvisionnement le permet

# 6-Menus Cadours

Semaine n°26 : du 24 au 28 Juin 2019



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI
ENTRÉE	Tomate vinaigrette	Salade arlequin	<sup>B</sup> Salade de lentilles bio	Melon	Salade verte bio
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Colombo de volaille <i>s/viande : Omelette sauce basquaise</i>	Colin meunière citron	Paupiette de veau au jus <i>s/viande : Caroline au fromage</i>	<b>Chipolatas</b> <i>s/viande : Flan aux oignons</i> <i>s/porc : Haché de poulet</i>	Sauté de bœuf aux poivrons RAV <i>s/viande : Gratin de poisson</i>
	Riz créole bio <sup>B</sup>	Ratatouille	Carottes	Purée de pommes de terre bio <sup>B</sup>	Semoule bio
PRODUIT LAITIER	Edam	Yaourt aromatisé	Petit fromage frais ail et fines herbes	Vache qui rit	Camembert bio
DESSERT	Flan nappé caramel	<sup>B</sup> Banane bio	Abricots	Mousse au chocolat	Purée de pomme bio

TOUT SAVOIR SUR NOS RECETTES

Salade arlequin: p. de terre, maïs, poivrons  
Salade de blé fantaisie : blé, tomate, maïs

P.A. n°2

Semaine n°27 : du 1er au 5 Juillet 2019



BONNES VACANCES

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI
ENTRÉE	Salade de blé fantaisie	<sup>B</sup> Betteraves bio vinaigrette	Salade de riz, tomate, concombre	Taboulé	<sup>B</sup> Tomate bio à la croque
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Croque végétarien basquaise <sup>A</sup>	Raviolis (Plat complet) <i>S/viande : Tortilla</i>	Filet de colin sauce bercy	Emincé de dinde au jus <i>s/viande : Cake aux légumes</i>	<b>Jambon blanc</b> <i>s/viande s/porc : Œufs durs mayonnaise</i>
	Petits pois	*** <i>S/viande : Piperade</i>	Haricots verts	Courgettes à la provençale	Chips
PRODUIT LAITIER	<sup>B</sup> Emmental bio	Fondu président	Fromage blanc sucré	Brie	Vache qui rit
DESSERT	Abricot	Flan vanille	<sup>B</sup> Fruits bio	<sup>B</sup> Purée pomme menthe bio <sup>M</sup>	Madeleine

<sup>B</sup> bio  
1 bio/jour + 12 repas bio/an sont proposés

En gras les plats contenant du porc  
<sup>L</sup> Local  
Nos viandes proviennent de notre fournisseur "Bousquet" et les fruits du "Vergers des Bosquet" (du Tarn) lorsque l'approvisionnement le permet

P.A. n°3