

Chez Marc

Impasse des cyprès

04 310 PEYRUIS

## Menu du 06 au 10 janvier 2020

LUNDI 06	MARDI 07	MERCREDI 08	JEUDI 09	VENDREDI 10
				<b>Menu sans viande</b>
Salade pomme de terre et thon	Rosette de porc	Radis et beurre	Salade verte	Betteraves et maïs
Filet de colin sauce provençale	Knack de porc	Ragoût d'agneau du 04	Blanc de poulet	Lasagne végétariennes
<b>Régimes spéciaux</b>	<b>Régimes spéciaux</b>	<b>Régimes spéciaux</b>	<b>Régimes spéciaux</b>	<b>Régimes spéciaux</b>
Steack de soja	Nuggets de blé		Galette végétale boulgour/haricots	
Haricots plats	Purée de pomme de terre	Poêlée de légumes méridionale	Galette brocolis/carottes	
Emmental	Fromage à tartiner	Edam	Déllice de chèvre	Brie
Liégeois chocolat	Yaourt sucré de la ferme du buissonnet	Pomme des Hautes-alpes	gâteau des rois	Clémentine

Le Gérant

Marc CINQUEUX

Ingrédient issu de l'agriculture biologique

La Diététicienne



Origine des viandes: Boeuf et Veau: Alpes de Haute provence ou Hautes Alpes, volaille française, Agneau: Alpes de haute-provence, Porc: Hautes Alpes

Poisson labellisé Pêche durable MSC

Menu du 13 au 17 janvier 2020



LUNDI 13	MARDI 14	MERCREDI 15	JEUDI 16	VENDREDI 17
		<b>Menu sans viande</b>		
Duo de chou	Salami	Endives	<b>Concombres vinaigrette</b>	Pizza au fromage (servie froide)
Bœuf bourguignon	Poisson blanc sauce curry	Galette de boulgour et haricots rouges	Rôti de porc sauce moutarde	Poisson pané
<b>Régimes spéciaux</b>	<b>Régimes spéciaux</b>	<b>Régimes spéciaux</b>	<b>Régimes spéciaux</b>	<b>Régimes spéciaux</b>
Boulettes de soja	Omelette		Galette végétale pois et légumes	nuggets de blé
Poêlée de légumes	Riz créole	<b>Carottes persillées</b>	Purée de pois cassés	Epinards à la florentine
<b>Yaourt sucré</b>	Tomme noire	Croc'lait	Camembert	Délice d'emmental
Beignet aux pommes	<b>Kiwi</b>	Yaourt pêche de la ferme du buissonnet	Fromage blanc aux fruits	<b>Banane</b>

Le Gérant

Marc CINQUEUX

**Ingredient issu de l'agriculture biologique**

La Diététicienne



Origine des viandes: Bœuf et Veau: Alpes de Haute provence ou Hautes Alpes, volaille française, Agneau: Alpes de haute-provence, Porc: Hautes Alpes

Poisson labellisé Pêche durable MSC

**Menu du 20 au 24 janvier 2020**

<b>LUNDI 20</b>	<b>MARDI 21</b>	<b>MERCREDI 22</b>	<b>JEUDI 23</b>	<b> VENDREDI 24</b>
<b>Menu sans viande</b>				<b>Nouvel an chinois</b>
Taboulé	Laitue Iceberg	<b>Potage de légumes</b>	Céleri rémoulade	Samoussa de légumes
<b>Omelette aux herbes</b>	Joue de porc braisée	Lieu sauce dieppoise	Veau aux olives	Dinde Thai
<b>Régimes spéciaux</b>	<b>Régimes spéciaux</b>	<b>Régimes spéciaux</b>	<b>Régimes spéciaux</b>	<b>Régimes spéciaux</b> Ravioli aux fromages (plat complet)
Mélange de petits légumes	Steack de soja	Galette végétale	haché végétal	Riz cantonnais
Mimolette	Blé	Polenta	Gratin de courgettes	<b>Carré frais</b>
Petits suisses	<b>Vache qui rit</b>	Montboissié	Rondelé ail et fines herbes	<b>Beignet ananas</b>
	Orange	Compote	<b>Yaourt aux fruits</b>	

Le Gérant

Marc CINQUEUX

**Ingénieur issu de l'agriculture biologique**

La Diététicienne



Origine des viandes: Boeuf et Veau: Alpes de Haute provence ou Hautes Alpes, volaille française, Agneau: Alpes de haute-provence, Porc: Hautes Alpes

Poisson labellisé Pêche durable MSC

**Menu du 27 au 31 janvier 2020**

<b>LUNDI 27</b>	<b>MARDI 28</b>	<b>MERCREDI 29</b>	<b>JEUDI 30</b>	<b> VENDREDI 31</b>
			<b>Menu sans viande</b>	
<b>Carottes râpées</b>	Feuilleté au fromage	Demi-pomelos	Salade et croûtons	Mortadelle de volaille
Paëlla au poulet	Joue de bœuf braisée	Hachis parmentier	Steack de soja	Hoki sauce ciboulette
<b>Régimes spéciaux</b>	<b>Régimes spéciaux</b>	<b>Régimes spéciaux</b>	<b>Régimes spéciaux</b>	<b>Régimes spéciaux</b>
Galette de petits légumes	Nuggets de blé	Lasagne végétale		Omelette
Riz paëlla	Haricots verts/brocolis/champ		Lentilles corail	<b>Purée de potiron</b>
Kiri chèvre	<b>Gouda</b>	Samos	<b>St Paulin</b>	Coulommiers
Poire	Danette vanille	<b>Yaourt sucré</b>	Fromage blanc et miel	Clémentine

Le Gérant

Marc CINQUEUX

La Diététicienne

**Ingrédient issu de l'agriculture biologique**



Origine des viandes: Boeuf et Veau: Alpes de Haute provence ou Hautes Alpes, volaille française, Agneau: Alpes de haute-provence, Porc: Hautes Alpes

Poisson labellisé Pêche durable MSC