Menus du 14 au 18 octobre 2019

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Lundi 14 | Mardi 15 | Jeudi 17 | Vendredi 18 |
| Croque-monsieur d’aubergine b c j  Merguez a j n  Riz b  Yaourt aromatisé b  [Résultat de recherche d'images pour "feuille automne image"](https://www.google.fr/url?sa=i&rct=j&q=&esrc=s&source=images&cd=&cad=rja&uact=8&ved=2ahUKEwieofufjbXdAhXnMewKHcwEDy0QjRx6BAgBEAU&url=https://fr.dreamstime.com/illustration-stock-belle-feuille-de-ch%C3%AAne-d-aquarelle-d-automne-sur-le-fond-blanc-illustration-de-chute-image78399585&psig=AOvVaw2hyzSQmvfVV6-4AhmoL3sZ&ust=1536829245869013)Fruit de saison b  Pain c | Salade de perles c j  Grillade j  Haricots verts / pommes noisettes b  Fripon b  Flan a b c  Pain c | [Résultat de recherche d'images pour "feuille automne image"](https://www.google.fr/url?sa=i&rct=j&q=&esrc=s&source=images&cd=&cad=rja&uact=8&ved=2ahUKEwieofufjbXdAhXnMewKHcwEDy0QjRx6BAgBEAU&url=https://fr.dreamstime.com/illustration-stock-belle-feuille-de-ch%C3%AAne-d-aquarelle-d-automne-sur-le-fond-blanc-illustration-de-chute-image78399585&psig=AOvVaw2hyzSQmvfVV6-4AhmoL3sZ&ust=1536829245869013)Carottes vgte  Tarte aux poireaux a b c  Purée b  Fromage des Pyrénées b  Oreillons d’abricot au sirop n  Pain c | Jambon, cornichon n  Brochette de poisson j e f  Epinards b  Tomme b  Opéra a b c m  Pain c |

Les fruits et légumes : source de glucides, minéraux, vitamines, fibres

Les produits laitiers : source de protéines, calcium, vitamines

Les féculents : source de glucides complexes, protéines, vitamines, fibres

Viande, poisson, œuf : source de protéines, lipides, vitamines, fer

Produit de saison



Les 14 allergènes à déclaration obligatoire (règlement INCO 1169-2011) :

a Œufs d Arachide g Mollusques j Moutarde m Fruits à coque

b Lait e Poisson h Lupin k Soja n Anhydride sulfureux sulfites

c Gluten f Crustacés i Céleri l Sésame