



Restauration pour collectivité  
01570 MANZIAT  
Tel : 03 85 23 99 23  
Fax : 03 85 30 16 30  
Site internet : www.rpc01.com

# Menu mensuel

Réalisé en collaboration avec  
une diététicienne

SP : sans porc

SV : sans viande

AB : produit issu de la filière bio

\* plat végétarien



## Du 26 au 30 SEPTEMBRE

<b>Lundi</b>	Macédoine de légumes	Filet de hoki sauce citron	Ebly au beurre	Petit suisse sucré	Poire
<b>Mardi</b>	Cœur de laitue	*Moussaka végétarienne		Saint-moret	Gâteau au miel aux œufs BIO
<b>Mercredi</b>					
<b>Jeudi</b>	Carottes rapées aux étoiles	Boules de feu au bœuf SV:Beaufilet colin champi	Macaronis	Petit Louis'Gi	Compote maison pomme BIO / banane dérapante
<b>Vendredi</b>	Salade de lentilles	Croque monsieur SV/SP:Tarte fromage	salade verte	Coulommier à la coupe	Raisin

## Du 3 au 7 OCTOBRE

<b>Lundi</b>	Mâche vinaigrette	Tajine de poulet SV:Tajine de poisson	Semoule	Petis suisse aux fruits	Pomme BIO
<b>Mardi</b>	Salade de cocos mimosa	Steak haché au jus SV:*Omelette nature	chou-fleur en gratin	Bleu douceur	Questches au sirop
<b>Mercredi</b>					
<b>Jeudi</b>	Salade d'haricots verts au thon	Brandade de poisson		Fournol à la coupe	Banane BIO
<b>Vendredi</b>	Salade verte	*Nugget's de blé	Petit pois	Yaourt BIO au sucre	Moelleux maison pommes et cannelle

## Du 10 au 14 OCTOBRE

<b>Lundi</b>	Céleri râpé pomme raisins secs	Choucroute garnie SV/SP:*Pané blé emmental	Choucroute et pommes vapeur	Munster à la coupe	Compote maison pommes BIO et mirabelles
<b>Mardi</b>	Salade bretonne à base de brocolis BIO	Galette sarrasin jambon SV/SP:*Crêpe fromage	Salade multi-feuille	Pont l'évêque à la coupe	Poire
<b>Mercredi</b>					
<b>Jeudi</b>	Roulade volaille olive SV:Terrine légumes	Filet de lieu façon niçoise	Ratatouille	Fromage chèvre cabrette	Kiwi
<b>Vendredi</b>	Concombre aux agrumes vinaigrette	Cassoulet garni SV/SP:Cassoulet poisson		Yaourt BIO à la vanille	Gâteau basque

## Du 17 au 21 OCTOBRE

<b>Lundi</b>	Rosette SV/SP:Allumette from	Poulet roti au jus SV:Filet de hoki lemon	Carottes	Saint Nectaire à la coupe	Pomme BIO
<b>Mardi</b>	Courgettes râpées vinaigrette balsami	*Quenelle nature à la crème	Riz	Croq'lait BIO	Liégeois maestro vanille
<b>Mercredi</b>					
<b>Jeudi</b>	Taboulé	Beaufilet de colin au beurre blanc	Haricots verts en persillade	Camembert à la coupe	Banane BIO
<b>Vendredi</b>	Salade verte aux yeux de sorcières	Steak haché aux champi SV:*Boulettes soja BIO	Purée de potiron	Pâte lisse coulis fruits rouges	Gâteau des pénombres au chocolat