
































Menu Self bio

Du 14/09/2026 au 18/09/2026

		LUNDI 14	MARDI 15	MERCREDI 16	JEUDI 17	VENREDI 18
Entrées	1	 Taboulé	 Ciselée d'iceberg		 Melon	 Macédoine de légumes
	2	 Salade western	 Salade douceur		 Concombre tzatziki	 Brocolis sauce aioli
	3	 Champignons à la Grecque	Mortadelle*		Rosette*	 Friand au fromage
Plats	1	 Roti de dinde au thym	 Boulettes de boeuf Stroganoff		 Moussaka de boeuf (PC)	 Blanquette de poisson MSC
	2	 Roulé au fromage	 Gratin de mini quenelles forestier (PC)		  Moussaka végétarienne (PC)	 Roti de porc* aigre doux
	3				 Tranche de colin façon fish & chips	  Oeufs à la sicilienne
Accompagnement	1	 Chou-fleur en gratin	 Coquillettes BIO LOCAL semi-complètes		 Ratatouille	 Riz BIO
	2	 Lentilles BIO LOCAL	 Jeunes carottes au beurre		 Petit pois	 Epinards béchamel
Laitages	1	Fromage blanc nature	Brie à la coupe		Yaourt BIO au sucre de canne	Carré frais
	2	Carré ligueil à la coupe	Crème de gruyère		Fournol à la coupe	Petit suisse aux fruits
	3	Fromage enveloppé	Yaourt aromatisé		Fromage enveloppé	Camembert à la coupe
Desserts	1	Pomme BIO	Mousse au chocolat du Chef		Eclair à la vanille	Pastèque
	2	Poire	Flan saveur vanille		Gâteau basque	Prune (sous réserve)
	3	Donut nappé chocolat	Banane		Raisins	Oeufs à la neige
	4					Ile flottante

 Plat végétarien
  Origine de nos viandes
  Plat sans viande
 * Plat avec du porc
  Plat complet

 Siège social : ZA Lavy 01570 MANZIAT
  03 85 23 99 23
  www.rpc01.com

 Ces menus ont été réalisés en collaboration avec notre diététicienne.