

# Menu BIO MENSUEL

Du 26/01/2026 au 30/01/2026

1 produit bio/jour + 1 menu bio / mois

LUNDI 26			MARDI 27	MERCREDI 28	JEUDI 29	VENDREDI 30		
Entrées	1	 Taboulé (semoule <b>BIO</b> )		Avocat/mayonnaise		 Salade coleslaw à base de carottes <b>BIO</b>		Mélange tendre pousses
	2	 Salade de Lentilles <b>BIO Local</b>		Ciselée d'iceberg				Salade Chinoise
	3							
Plats	1	 Rôti de dinde sauce gravy		Beaufilet de colin au curcuma		 Chili con carne		Escalope de poulet basquaise
	2	 Tarte au fromage		Sauté de porc façon Colombo *		 Quenelle nature <b>BIO</b> sauce Aurore		Gratin de poisson <b>MSC</b>
	3			Crispy veggies <b>BIO</b> pois tournesol				Nuggets de blé
Accompagnement	1	 Chou-fleur		Pommes noisettes		 Riz <b>BIO</b>		Petits pois
	2							
Laitages	1	Saint Nectaire à la coupe <b>AOP</b>		Brique de Burdignes à la coupe		 Vache qui rit <b>BIO</b>		Fromage blanc
	2	Mini cabrette		Petit nova aromatisé				Tomme noire à la coupe
	3							
Desserts	1	Crème dessert vanille		Marmelade de pommes <b>BIO</b>		 Pomme <b>BIO</b>		Gâteau maison banane chocolat base d'œufs <b>BIO</b>
	2	Mousse au chocolat		Ananas au sirop				
	3							Pour tous les anniversaires du mois



Plat végétarien



Origine de nos viandes



Plat sans viande



Plat avec du porc



Plat complet



Ces menus ont été réalisés en collaboration avec notre diététicienne.