






Lundi 3 Janvier	Mardi 4 Janvier	Jeudi 6 Janvier	Vendredi 7 Janvier
<p> Pizza au fromage</p> <p>Tortilla maison</p> <p><b>Mouliné d'épinards</b> et croutons</p> <p>Petit suisse sucré</p> <p> Fruit de saison</p>	<p>Potage de légumes</p> <p>Jambon blanc</p> <p><i>Galette de soja à la provençale</i></p> <p>Purée de pommes de terre</p> <p>Cotentin</p> <p>Flan au chocolat</p>	<p>Taboulé d'hiver</p> <p>Emincé de bœuf basquaise</p> <p><i>Pané fromager</i></p> <p>Galette de légumes</p> <p> <b>Fourmette</b> </p> <p>Galette des Rois</p>	<p>Tapenade noire maison</p> <p>Filet de merlu sauce citron</p> <p><i>Dahl de lentilles</i></p> <p>Coquillettes</p> <p>Petit moulé nature</p> <p>Fruit de saison</p>
Lundi 10 Janvier	Mardi 11 Janvier	Jeudi 13 Janvier	Vendredi 14 Janvier
<p> Carottes râpées</p> <p>Couscous aux boulettes de bœuf</p> <p><i>Couscous de pois chiches</i></p> <p><b>et ses légumes</b></p> <p>Crème anglaise</p> <p>Navette</p>	<p>Haricots verts en salade</p> <p>Escalope de poulet sauce forestière</p> <p><i>Boulettes de soja sauce tomate</i></p> <p>Spaghettis</p> <p> <b>Yaourt aromatisé</b> </p> <p> Fruit de saison</p>	<p>Betteraves vinaigrette</p> <p>Rôti de porc aux olives</p> <p><i>Galette de blé-épinards</i></p> <p> Gratin de pommes de terre</p> <p>Ramequin de fromage blanc et sucre</p> <p> Fruit de saison</p>	<p> Salade verte</p> <p>Chili de haricots rouge</p> <p> <b>Riz</b></p> <p> <b>Pavé de Lozère</b> </p> <p> Tarte aux châtaignes </p>

## NOS APPROVISIONNEMENTS

Les approvisionnements locaux sont privilégiés sur l'ensemble des composantes

 **Nos Viandes** sont 100% françaises, et locales pour le Bœuf, le Veau, le Porc (Occitanie/Rh-Alpes).

**Nos charcuteries** sont 100% françaises.

 **Nos pâtes** : 95% sont produites en France, les labélisées Bio sont régionales (Vaucluse et Rh-Alpes).

**100% de notre Riz** est de Camargue, labélisé IGP.

**Farine Lou Pan d'Oc du Moulin de la Vernède**

**Produits laitiers:**

- 2 yaourts de fournisseurs locaux (Lozère) par mois,
- 1 fromage à la coupe d'un fournisseur local par semaine.



**Nos filets de poissons** sont 100% MSC, issus de la pêche durable.



**Nos légumes frais** sont 100% locaux en pleine saison, ou a-minima d'origine France.



Nous privilégions **les fruits et légumes** issus de l'agriculture durable.



**Nos fruits** sont 100% d'origine France, et locaux en pleine saison (hors agrumes et fruits exotiques).



**Nos compotes** sont Bio à 100% et 80% fabriquées dans le Vaucluse, à base de fruits provenant de vergers locaux. **20% proviennent du Gard**, fabriquées à base de la **pomme reinette du Vigan**.

## La galette des rois !

### ÉPIPHANIE

Seras-tu le roi ou la reine de la cantine ?



Bio : Produit issu de l'agriculture biologique



IGP : Indication Géographique Protégée



AOP : Appellation d'Origine Protégée



Label Rouge



Menu végétarien

L'ensemble de nos plats sont cuisinés maison (hors produits panés et certaines pâtisseries à base de pâte feuilletée et pâte à chou).

○ Présence possible de l'ensemble des allergènes dans nos plats ○ Des aléas d'approvisionnement peuvent exceptionnellement occasionner des changements sur les produits sélectionnés.

Lundi 17 Janvier

Salade verte  
Gardianne de taureau  
Mijoté de pois chiches  
Pommes noisette  
Fromage fouetté  
**Compote des Cévennes**



Mardi 18 Janvier

Potage de lentilles  
**V** Lasagnes  
aux épinards Maison  
**Picharon**  
Fruit de saison



Jeudi 20 Janvier

Salade de coquillettes à la parisienne  
Paupiette de veau  
*Galette de soja*  
**local** Purée de brocolis  
Petit suisse sucré  
**Fruit de saison**



Vendredi 21 Janvier



Carottes râties jaune et orange  
Beignets de calamars  
Œufs brouillés  
Epi de maïs grillé  
Emmental à la coupe  
**Flan pâtissier Maison**



Lundi 24 Janvier

Salade de boulgour  
Paleron de bœuf au jus  
Tortilla  
**Butternut à la crème**  
Cotentin  
Crème dessert chocolat

Mardi 25 Janvier

**V** Salade verte  
Kochary  
**Riz**  
Coulommiers à la coupe  
**Purée de pommes**



Jeudi 27 Janvier

Salade de pommes de terre andalouse  
Poulet rôti  
*Boulettes de soja sauce curry*  
**Petits pois aux champignons**  
**local** Lozère Vache  
**Fruit de saison**



Vendredi 28 Janvier

Taboulé d'hiver  
Bâtonnets de colin et citron  
*Pané fromager*  
Haricots verts persillés  
**local** Yaourt sucré  
Gâteau à la noix de coco Maison



## NOS APPROVISIONNEMENTS

Les approvisionnements locaux sont privilégiés sur l'ensemble des composantes

**Nos Viandes** sont 100% françaises, et locales pour le Bœuf, le Veau, le Porc (Occitanie/Rh-Alpes).  
**Nos charcuteries** sont 100% françaises.

**Nos pâtes** : 95% sont produites en France, les labélisées Bio sont régionales (Vaucluse et Rh-Alpes).

**100% de notre Riz** est de Camargue, labélisé IGP.

**Farine Lou Pan d'Oc du Moulin de la Vernède**

**Produits laitiers:**

- 2 yaourts de fournisseurs locaux (Lozère) par mois,
- 1 fromage à la coupe d'un fournisseur local par semaine.



**Nos filets de poissons** sont 100% MSC, issus de la pêche durable.



**Nos légumes frais** sont 100% locaux en pleine saison, ou a-minima d'origine France.



Nous privilégions les fruits et légumes issus de l'agriculture durable.



**Nos fruits** sont 100% d'origine France, et locaux en pleine saison (hors agrumes et fruits exotiques).



**Nos compotes** sont Bio à 100% et 80% fabriquées dans le Vaucluse, à base de fruits provenant de vergers locaux. 20% proviennent du Gard, fabriquées à base de la pomme reinette du Vigan.

## Hermione la licorne

**MENU JAUNE**  
Découvrez le menu sur  
L'APPLICATION  
TERRES DE CUISINE



Bio : Produit issu de l'agriculture biologique



IGP : Indication Géographique Protégée



AOP : Appellation d'Origine Protégée



Label Rouge



Menu végétarien

L'ensemble de nos plats sont cuisinés maison (hors produits panés et certaines pâtisseries à base de pâte feuilletée et pâte à chou).

● Présence possible de l'ensemble des allergènes dans nos plats ● Des aléas d'approvisionnement peuvent exceptionnellement occasionner des changements sur les produits sélectionnés.