



S16	Lundi Repas végétarien	Mardi
Entrée	Céleri bio rémoulade	Salade de pois chiches au cumin
Plat Principal	Tortelloni pomodoro mozzarella bio	Cordon bleu SV : Tarte colin oselle
Légume/Féculent	(Plat complet)	Epinards à la béchamel
Produit laitier	Camembert (coupe)	Carré Président
Dessert	Mousse au chocolat	Fruit

Jeudi	Vendredi
Salade verte iceberg	Carottes râpées bio
Boulettes de bœuf bio à la tomate SV : saumon sauce moqueca	Gratin de poisson
Blé aux petits légumes	Pommes de terre
Gouda	Crème anglaise
Purée de fruits bio	Brownie

Les menus sont donnés à titre indicatif, sous réserve de modifications d'approvisionnement

Légende

- Produit issu de l'agriculture biologique
- Produit local / circuit court
- Viande Française
- Filière marine engagée
- * Présence de porc
- Région Ultrapériphérique
- Indication géographique protégée
- Appellation d'origine protégée
- Recette du Chef
- Issus du commerce équitable
- Certifications environnementales
- SV / SP : Sans viande / Sans porc

Les groupes alimentaires



Tous nos plats sont susceptibles de contenir les 14 allergènes suivants : céréales contenant du gluten (seigle, blé, orge, avoine, épeautre, kamut), crustacés, œufs, poissons, arachides, soja, lait, fruits à coque, céleri, moutarde, sésame, anhydride sulfureux et au fillet, lupin et mollusques.

"Gaspard, l'épinard" t'informe :

Les épinards contiennent du fer, ce qui est bon pour ton sang. Mais également des vitamines A, C, K, B et E, sans parler du magnésium, du calcium et des fibres. Cette semaine, tu pourras faire le plein d'énergie en consommant des épinards béchamel.