

## Menu cantine du 6 novembre au 1 décembre

	lundi	mardi	mercredi	jeudi	Vendredi
du lundi 6 novembre au vendredi 10 novembre	Céleri râpé Steak, poêlée du marché Fromage blanc	Salade Poulet, chou-fleur persillé Fromage Fruit	Velouté de légumes Riz complet, duo de carottes Fromage Fruit	Crudités Marmite du pêcheur, purée de légumes Yaourt	Poireaux mousseline Nuggets végétariens, céréales gourmandes Crème dessert
du lundi 13 novembre au vendredi 17 novembre	Salade mélangée Filet de volaille, macaronis sauce tomate Fruit	Crudités des frimas Saucisse, choux variés Clafouti	Tarte fine au fromage Poêlée de flageolets Fruit de saison	Potage du marché Filet de poisson, gratin de légumes Yaourt	Betteraves aux noisettes Quenelle, riz pilaf Fromage Fruit
du lundi 20 novembre au vendredi 24 novembre	Crudités Bœuf braisé, pommes vapeur Fromage blanc au miel	Salade verte aux croustons Jambon, purée de légumes Fromage Fruit	Pizza 4 fromages Coquillettes, trio de légumes Petit suisse	Crudités Filet de poisson, riz à la tomate Fruit	Velouté de légumes Couscous végétarien Fromage Fruit


La ferme de Chantecaille et le Jardin d'Océane nous livrent des légumes de saison bio, quantité et variété ne sont pas déterminées au moment de la conception du menu..

*Tous les plats sont faits maison par Valérie*

*La viande de bœuf, porc et veau provient du boucher de Solignac*

*Le fromage à la coupe provient de Ladignac le Long, « Maison Maris » *

*Le pain provient de la boulangerie de Solignac*

*La volaille et certains légumes de saison proviennent de la ferme de Chantecaille à Eyjeaux *

*Les fruits et légumes frais proviennent du « Jardin d'Océane »*