

Menus proposés par l'équipe de la Cuisine Centrale,
en collaboration avec une diététicienne agréée.

BON APPETIT



	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
05 au 09 nov.	Salade verte/ Tomates / Fêta Chipolatas Farfalles au beurre Compote de Pommes	Pamplemousse Paëlla 🏠 Fromage Blanc	Crêpe au fromage Sauté de Dinde au curry 🏠 Ratatouille / Blé Fromage Fruit	Carottes Râpées Goulash de Bœuf 🏠 Pommes vapeur Fromage Fruit	Salade Ariégeoise 🏠 (PDT/Lardons/Emmental) Croissant au Jambon 🏠 Salade Glace
12 au 16 nov.	Salami / Cornichon Emincé de Poulet 🏠 A la tomate Haricots verts Fromage Fruit	Betteraves vinaigrette Pâtes BIO à la Bolognaise 🏠 Salade Fromage Compote	Pamplemousse Filet de Lieu 🏠 Julienne de légumes / Pommes vapeur Petits Suisses	Tomates / Maïs / Dés de Mimolette Sauté de Porc à la moutarde 🏠 Petits Pois / Carottes Fruit	Concombre à la Fêta Boeuf Bourguignon 🏠 Frites Yaourt BIO
19 au 23 nov.	Carottes râpées Tajine de Boeuf 🏠 Boulgour bio Fromage Fruit	Salade de Sardines / Pdt 🏠 Lasagne Végétarien 🏠🌱 Salade Fromage Blanc	Salade Coleslaw 🏠 Nugget's de Poulet Bâtonnière de légumes / Brocolis Fromage Riz au Lait 🏠	Salade Angevine 🏠 (Endives/Jambon/Emmental) Paupiette de Dinde Sauce Chasseur Fondue de poireaux / Pâtes Fruit	Concombre vinaigrette Filet de Grenadier 🏠 Sauce tomate/Basilic Riz Fromage Quatre-Quarts / Confiture
26 au 30 nov.	Pamplemousse Emincé de veau à l'ananas 🏠 Semoule bio Fromage Entremets chocolat	Tomates Hamburger Frites Yaourt fermier	Choux-fleurs vinaigrette Poulet Roti 🏠 Lentilles Fromage Fruit	Salade Betteraves / Emmental 🏠 Sauté de Porc 🏠 Carottes Vichy Éclair Chocolat	Œuf / Mayonnaise Filet d'Eglefin sauce ensoleillée Brocolis 🏠 Fromage Fruit
03 au 07 déc.	Laitue et dés d'Emmental 🏠 Saucisse Purée 🏠 Fruit	Carottes râpées Pâtes au saumon 🏠 Salade Fromage blanc	Friand au fromage Blanquette de Dinde 🏠 Epinards / Riz Fromage Fruit	Tomates vinaigrette Bœuf à l'Indienne 🏠 Pommes vapeur Fromage Poire au chocolat	Salade Orientale 🏠 (Riz/Tomates/Soja/Olives/Poivron) Filet de Lieu sauce Nantua 🏠 Carottes Vichy Fromage - Beignet Framboise
10 au 14 déc.	Pâté de campagne Poulet rôti 🏠 Haricots verts Fromage Fruit	Choux-fleurs vinaigrette Couscous 🏠 Fromage Compote	Pamplemousse Dos de Cabillaud 🏠 Pommes persillées Yaourt bio	Salade Blé / Emmental / Jambon Sauté de Porc 🏠 Gratin de Courgettes / Pdt 🏠 Fruit	Concombre vinaigrette Boeuf à la provençal 🏠 Frites Petits Suisses aux Fruits



17 au 21 déc

Tomates vinaigrette
Emincé de boeuf au curry
Carottes / Blé
Fromage
Fruit

Sardines à l'huile
Tartiflette
Salade
Yaourt fermier

Betteraves vinaigrette
Filet de poisson meuniere
Brocolis / Pommes vapeur
Fromage
Compote

Salade verte aux croutons et dés
d'emmental
Dos de Colin Basquaise
Purée de potiron
Fruit

Mousse Foie Canard
Poulet Roti
Pom'Rösti aux oignons
Fromage
Sapin Glacé

Ce calendrier de menus peut subir des modifications en fonction des commandes et livraisons de marchandise au restaurant municipal.

 **FABRICATION « MAISON »**

La vinaigrette, à base d'huile de colza, est « maison » et les produits préparés (type cordon bleu, paupiette) sont sans porc.

Toutes les viandes sont d'origine française.

Liste des 14 allergènes : moutarde, crustacés, poissons, œufs, soja, arachide, fruits à coques, sulfite, lait, lupin, graines de sésame, mollusques, céréales contenant du gluten, céleri.



REPAS SANS VIANDE



Cuisine centrale de Theix-Noyalo Information consommateur sur la présence de substances allergènes		Présence de													
Semaine N° 45		Arachides	Céleri	Crustacés	Fruits à coques	Gluten	Lait	Lupin	Mollusques	Moutarde	Œufs	Poissons	Sésame	Soja	Sulfites
Lundi 05/11	Salade verte / tomates / fêta						X			X					X
	Chipolatas														
	Farfalles au beurre					X	X								
	Compote de Pommes														
Mardi 06/11	Pamplemousse														
	Paëlla			X		X			X			X			
	Fromage blanc						X								
Mercredi 07/11	Crêpe au fromage	X			X	X	X				X			X	
	Sauté de dinde au curry					X	X								X
	Ratatouille/blé					X									
	Fruit														
Jeudi 08/11	Carottes Râpées									X					X
	Goulash de bœuf					X	X								
	Pommes Vapeur						X								
	Fruit														
Vendredi 09/11	Salade Ariégeoise						X			X					X
	Croissant au jambon					X	X								
	Salade									X					X
	Glace						X								



Ce document est un complément d'information mais ne supprime pas la mise en place d'un PAI.

Pour les biscuits individuels, la présence des allergènes est indiquée sur l'emballage.

Le règlement Européen INCO (information consommateur) N° 1169/2011 impose la mise à disposition des consommateurs, d'une information écrite sur les 14 allergènes.

Cuisine centrale de Theix-Noyalò Information consommateur sur la présence de substances allergènes		Présence de													
Semaine N° 46		Arachides	Céleri	Crustacés	Fruits à coques	Gluten	Lait	Lupin	Mollusques	Moutarde	Œufs	Poissons	Sésame	Soja	Sulfites
Lundi 12/11	Salami / cornichon														X
	Emincé de poulet à la tomate*					X	X								
	Haricots verts						X								
	Fromage						X								
Mardi 13/11	Fruit														
	Betteraves rouges									X					X
	Pâtes BIO à la bolognaise*					X				X					X
	Salade									X					
Mercredi 14/11	Compote														
	Pamplemousse														
	Filet de Julienne					X			X			X			
	Julienne de légumes et Pommes vapeur														
Jeudi 15/11	Petits Suisses						X								
	Tomates / Mais et Mimolette*						X			X					X
	Sauté de Porc à la moutarde						X	X		X					X
	Petits Pois / Carottes														
Vendredi 16/11	Fruit														
	Concombre Fêta									X					X
	Bœuf Bourguignon					X	X								
	Frites	X													
Yaourt bio						X									



Ce document est un complément d'information mais ne supprime pas la mise en place d'un PAI.
Pour les biscuits individuels, la présence des allergènes est indiquée sur l'emballage.

Le règlement Européen INCO (information consommateur) N° 1169/2011 impose la mise à disposition des consommateurs, d'une information écrite sur les 14 allergènes.

Cuisine centrale de Theix-Noyal Information consommateur sur la présence de substances allergènes		Présence de													
Semaine N° 47		Arachides	Céleri	Crustacés	Fruits à coques	Gluten	Lait	Lupin	Mollusques	Moutarde	Œufs	Poissons	Sésame	Soja	Sulfites
Lundi 19/11	Carottes Râpées									X					X
	Tajine de Bœuf					X	X								X
	Boulgour bio					X									
	Fromage						X								
	Fruit														
Mardi 20/11	Salade Sardines / Pommes de Terre	X								X		X			X
	Lasagne Végétarien					X	X							X	X
	Salade									X					
	Fromage blanc						X								
Mercredi 21/11	Salade Coleslaw									X	X				X
	Nuggets de poulet	x	X			X	X			X	X			X	
	Bâtonnière de légumes et brocolis														
	Fromage						X								
	Riz au lait*						X								
Jeudi 22/11	Salade Angevine						X			X					X
	Paupiette de Dinde sce chasseur	X				X	X								X
	Fondue de poireaux et Pâtes					X	X								
	Fruit														
Vendredi 23/11	Concombre vinaigrette									X					X
	Filet de Grenadier sce tomate/basilic			X		X			X			X			X
	Riz														
	Fromage														
	Quatre-Quarts / Confiture	X				X	X				X			X	



Ce document est un complément d'information mais ne supprime pas la mise en place d'un PAI.

Pour les biscuits individuels, la présence des allergènes est indiquée sur l'emballage.

Le règlement Européen INCO (information consommateur) N° 1169/2011 impose la mise à disposition des consommateurs, d'une information écrite sur les 14 allergènes.

Cuisine centrale de Theix-Noyalo Information consommateur sur la présence de substances allergènes		Présence de													
Semaine N° 48		Arachides	Céleri	Crustacés	Fruits à coques	Gluten	Lait	Lupin	Mollusques	Moutarde	Œufs	Poissons	Sésame	Soja	Sulfites
Lundi 26/11	Pamplemousse														
	Emincé de Veau à l'ananas					X									X
	Semoule bio					X									
	Entremets						X								
Mardi 27/11	Tomates						X			X					X
	Cheeseburger	X			X		X			X			X		
	Frites	X													
	Yaourt						X								
Mercredi 28/11	Choux-Fleurs vinaigrette									X					X
	Poulet					X	X								X
	Lentilles														
	Fromage						X								
Jeudi 29/11	Fruit														
	Salade Betterave / Emmental						X			X					X
	Sauté de Porc					X	X								X
	Carottes Vichy						X								
Vendredi 30/11	Eclair chocolat				X	X	X				X				
	Œuf / mayonnaise									X	X				X
	Filet d'églefin frais sce ensoleillée			X		X			X			X			X
	Brocolis														
Vendredi 30/11	Fromage						X								
	Fruit														



Ce document est un complément d'information mais ne supprime pas la mise en place d'un PAI.

Pour les biscuits individuels, la présence des allergènes est indiquée sur l'emballage.

Le règlement Européen INCO (information consommateur) N° 1169/2011 impose la mise à disposition des consommateurs, d'une information écrite sur les 14 allergènes.

Cuisine centrale de Theix-Noyal Information consommateur sur la présence de substances allergènes		Présence de													
Semaine N° 49		Arachides	Céleri	Crustacés	Fruits à coques	Gluten	Lait	Lupin	Mollusques	Moutarde	Œufs	Poissons	Sésame	Soja	Sulfites
Lundi 03/12	Laitue et Dés d'Emmental						X			X					X
	Saucisse						X								
	Purée						X								
	Fruit														
Mardi 04/12	Carottes Râpées									X					X
	Pâtes au Saumon					X	X					X			X
	Salade									X					X
	Fromage blanc						X								
Mercredi 05/12	Friand au fromage		X		X	X	X			X	X		X	X	
	Blanquette de Dinde					X	X								X
	Epinards / Riz						X								
	Fromage						X								
Jeudi 06/12	Fruit														
	Tomates vinaigrette									X					X
	Bœuf à l'indienne					X									X
	Pommes vapeur														
	Fromage						X								
Vendredi 07/12	Poire au chocolat						X								
	Salade Orientale									X				X	X
	Filet de lieu Sce Nantua					X	X		X			X			X
	Carottes Vichy						X								
	Fromage					X									
	Beignet Framboise	X				X					X				



Ce document est un complément d'information mais ne supprime pas la mise en place d'un PAI.
Pour les biscuits individuels, la présence des allergènes est indiquée sur l'emballage.

Le règlement Européen INCO (information consommateur) N° 1169/2011 impose la mise à disposition des consommateurs, d'une information écrite sur les 14 allergènes.

Cuisine centrale de Theix-Noyal Information consommateur sur la présence de substances allergènes		Présence de													
Semaine N° 50		Arachides	Céleri	Crustacés	Fruits à coques	Gluten	Lait	Lupin	Mollusques	Moutarde	Œufs	Poissons	Sésame	Soja	Sulfites
Lundi 10/12	Pâté Hénaff														X
	Poulet Roti														
	Haricots verts														
	Fromage						X								
	Fruit														
Mardi 11/12	Choux-Fleurs vinaigrette		X			X				X					X
	Couscous					X									X
	Fromage						X								
	Compote														
Mercredi 12/12	Pamplemousse														
	Dos de Cabillaud					X	X					X			
	Pommes persillées						X								
	Yaourt						X								
Jeudi 13/12	Salade Blé/Emmental/Jambon					X	X			X					X
	Sauté de Porc					X									X
	Gratin Courgettes / P.d.terre					X	X								
	Fruit														
Vendredi 14/12	Concombre vinaigrette									X					X
	Bœuf Bourguignon					X									X
	Frites	X													
	Petits Suisses aux fruits						X								



Ce document est un complément d'information mais ne supprime pas la mise en place d'un PAI.

Pour les biscuits individuels, la présence des allergènes est indiquée sur l'emballage.

Le règlement Européen INCO (information consommateur) N° 1169/2011 impose la mise à disposition des consommateurs, d'une information écrite sur les 14 allergènes.

Cuisine centrale de Theix-Noyal Information consommateur sur la présence de substances allergènes		Présence de													
Semaine N° 51		Arachides	Céleri	Crustacés	Fruits à coques	Gluten	Lait	Lupin	Mollusques	Moutarde	Œufs	Poissons	Sésame	Soja	Sulfites
Lundi 17/12	Tomates vinaigrette									X					X
	Emincé de Bœuf au Curry				X	X	X								X
	Carottes / Blé					X									
	Fromage					X	X								
	Fruit														
Mardi 18/12	Mousse de foie										X				
	Tartiflette						X								
	Salade									X					X
	Yaourt fermier						X								
Mercredi 19/12	Betteraves vinaigrette									X					X
	Filet de poisson meunière	X				X						X			
	Brocolis et Pommes vapeur														
	Fromage						X								
	Compote														
Jeudi 20/12	Salade verte / croûtons / emmental	X				X	X					X			X
	Poulet à l'Espagnol					X									X
	Purée de potiron						X								
	Fruit					X	X								
Vendredi 21/12	Carottes Râpées									X					X
	Dos de Colin sauce Basquaise	X										X			
	Pommes Vapeur														
	Fromage						X								
	Far Breton					X	X				X				



Ce document est un complément d'information mais ne supprime pas la mise en place d'un PAI.

Pour les biscuits individuels, la présence des allergènes est indiquée sur l'emballage.

Le règlement Européen INCO (information consommateur) N° 1169/2011 impose la mise à disposition des consommateurs, d'une information écrite sur les 14 allergènes.