

Menus du mois de Mars 2018

	Lundi 05	Mardi 06	Mercredi 07	Jeudi 08	Vendredi 09
S e m a i n e 1 0	Taboulé aux dés d'emmental	Betteraves au cumin		Endives aux agrumes	Potage jardinier
	Poulet en cocotte	Rôti de veau au jus		Quiche lorraine	Brandade de morue
	Petit pois carottes	Macaronis		Epinards à la crème	(plat complet)
	Fruit de saison	Gâteau basque		Yaourt aromatisé	Fruit de saison

	Lundi 12	Mardi 13	Mercredi 14	Jeudi 15	Vendredi 16
S e m a i n e 1 1	Croissillon Dubarry	Potage de légumes		Carottes rapées vinaigrette	Saucisson à l'ail
	Sauté de porc aux olives	Goulasch		Rôti de dinde au jus d'ail	Sauce aux fruits de mer
	Haricots verts	Pommes frites		Gratin de légumes	Tagliatelles
	Flan à la vanille	Fruit de saison		Pâtisserie maison	Fruit de saison

	Lundi 19	Mardi 20	Mercredi 21	Jeudi 22	Vendredi 23
S e m a i n e 1 2	Crème de légumes	Terrine de campagne & Cornichons		Salade Western	Potage Printanier
	Tajine d'agneau aux pruneaux	Steak haché		Echine de porc Tex Mex	Blanquette de saumon Forestière
	Semoule / Légumes couscous	Brocolis à la vapeur		Potatoes	Poêlée de légumes forestière
	Fruit de saison	Fromage blanc aux fruits		Donuts au sucre	Compote de fruits

	Lundi 26	Mardi 27	Mercredi 28	Jeudi 29	Vendredi 30
S e m a i n e 1 3	Salade d'endives aux croûtons	Macédoine au surimi		Bouillon vermicelles	Salade de betteraves et pommes Grany
	Galte de porc à la catalane	Boulettes agneau paprika		Cordon bleu volaille	Gigas à l'Américaine
	Tortis + rapé	Purée de carot		Jardinière de légumes	Riz pilaf
	Fruit de saison	Crème dessert praliné		Camembert	Panna cotta et coulis de fruits rouges



Produit régional

Produits issus de l'agriculture biologique



Chaque jour, Api restauration Pays d'Oc privilégie dans ses menus les produits locaux, frais et de saison.

N.B. : Les fréquences recommandées par la réglementation en vigueur (GEMRCN) sont calculées UNIQUEMENT SUR LES REPAS SCOLAIRES 4jours /semaine (hors ALSH)

Code couleurs - Les différents groupes d'aliments

Féculents et légumes secs	Produits laitiers	Matières grasses
Fruits et Légumes	Viandes, poissons, œufs	Produits sucrés

Nos plats sont susceptibles de contenir des substances ou dérivés pouvant entrainer des allergies ou intolérances. Pour toute information, merci de vous rapprocher du gérant.