



Menu mars 2023



27	28	1	2	5
<p> ECO</p> <p>Brocoli avec carottes et oignons</p> <p>Steack haché "La Garrotxa" avec des frites</p> <p>Salade composée</p> <p>Yaourts</p>	<p> ECO</p> <p>Crème de potiron</p> <p>Poulet avec sauce au curry et riz complet bio</p> <p>Salade composée</p> <p>Fruits</p>	<p> ECO</p> <p>pois sautés bio</p> <p>Filet mignon à la moutarde et artichauts sautés</p> <p>Salade composée</p> <p>Fruits</p>	<p> ECO</p> <p>Pâtes bio au beurre</p> <p>Poisson du jour selon le marché (merlu, saumon ou morue) avec oignons et poivrons grillés</p> <p>Salade composée</p> <p>Fromage</p>	<p></p> <p>Soupe de légumes aux pâtes</p> <p>Croquettes d'épinards et pommes de terre "caliu"</p> <p>Salade composée</p> <p>Fruits</p>
6	7	8	9	10
<p> ECO</p> <p>Aubergine à la ratatouille</p> <p>Rond de boeuf et pâtes bio</p> <p>Salade composée</p> <p>Yaourts</p>	<p> ECO</p> <p>Pois chiches bio au bouillon</p> <p>Cordons bleus de dinde et gratin de chou-fleur</p> <p>Salade composée</p> <p>Fruits</p>	<p> ECO</p> <p>Sauté de blettes</p> <p>cannellonis de viande avec salade de navets et betteraves</p> <p>Salade composée</p> <p>Fromage</p>	<p> ECO</p> <p>Riz bio à la sauce tomate</p> <p>Poisson du jour selon le marché (merlu, saumon ou morue) avec carottes et champignons</p> <p>Salade composée</p> <p>Fruits</p>	<p></p> <p>Jardinière de légumes</p> <p>Omelette de pommes de terre et courgettes et "samfaina"</p> <p>Salade composée</p> <p>Fruits</p>
13	14	15	16	17
<p> ECO</p> <p>Haricots verts sautés bio</p> <p>Pizza au jambon et fromage et courgettes cuites au four</p> <p>Salade composée</p> <p>Fruits</p>	<p> ECO</p> <p>Crème de poireaux</p> <p>Poulet au four, thym, citron avec petits pois et carottes</p> <p>Salade composée</p> <p>Yaourt</p>	<p> ECO</p> <p>Paëlla aux légumes</p> <p>Filtet de boeuf mariné avec pomme au four</p> <p>Salade composée</p> <p>Fruits</p>	<p> ECO</p> <p>Pâtes bio avec sauce au fromage</p> <p>Poisson du jour selon le marché (merlu, saumon ou morue) aux poivrons grillés</p> <p>Salade composée</p> <p>Fruits</p>	<p> ECO</p> <p>Gratin de Chou-fleur</p> <p>Lentilles mijotées au riz blanc bio</p> <p>Salade composée</p> <p>Fromage</p>
20	21	22	23	24
<p> ECO</p> <p>Jardinière de légumes</p> <p>Bouillon de boeuf en sauce avec riz épicé bio</p> <p>Salade composée</p> <p>Yaourt</p>	<p> ECO</p> <p>Brocoli et haricots blancs</p> <p>Poulet en sauce de carotte et semoule de blé entier</p> <p>Salade composée</p> <p>Fruits</p>	<p> ECO</p> <p>Salade de croutons et fromage</p> <p>Filet de porc rôti aux herbes et pommes de terre à l'oignon</p> <p>Salade composée</p> <p>Fruits</p>	<p> ECO</p> <p>Risotto bio aux asperges + champ.</p> <p>Poisson du jour selon le marché (merlu, saumon ou morue) et sauté de navet et panais</p> <p>Salade composée</p> <p>Fromage</p>	<p> ECO</p> <p>Haricots verts sautés bio</p> <p>Macaroni à la bolognaise végétarien</p> <p>Salade composée</p> <p>Fruits</p>
Menú italiano		28	29	30
<p></p> <p>Spaghettis sauce pesto</p> <p>Escalope à la milanese avec salade caprese</p> <p>Salade composée</p> <p>Tiramisu</p>	<p> ECO</p> <p>Petits pois sautés bio aux pomme de terre</p> <p>Poulet aux herbes provençales avec sauté d'artichauts</p> <p>Salade composée</p> <p>Fromage</p>	<p> ECO</p> <p>Soupe aux légumes</p> <p>Hachi parmentier et haricots blancs bio</p> <p>Salade composée</p> <p>Fruits</p>	<p> ECO</p> <p>Riz à la sauce tomate</p> <p>Poisson du jour selon le marché (merlu, saumon ou morue) avec salade de chou,</p> <p>Salade composée</p> <p>Fruits</p>	<p> ECO</p> <p>Crème de courgettes</p> <p>Omelette de pommes de terre et sauté d'oignons et de champignons</p> <p>Salade composée</p> <p>Yaourt</p>