

SEMAINE 42



Menu du 12 au 18 octobre 2026

LA SEMAINE DU GOÛT - Notre belle région

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
LA CÔTE D'AZUR	LA MEDITERANNEE	LA PROVENCE	LES SAVEURS DU SUD	LA CAMARGUE
Salade verte BIO aux olives (10)	Carottes au citron et à l'huile d'olive	Chou rouge BIO (10)	Salade de pois chiches à la provençale (10)	Bâtonnets de carottes, de concombre et Anchoïade (4)
Aïoli végétarien (Pommes de terre, carottes, haricots verts et oeufs)	Brandade de poisson à la provençale (4)	Daube provençale	Poulet rôti aux herbes de Provence	Gardianne de taureau
	Régimes spéciaux	Régimes spéciaux	Régimes spéciaux	Régimes spéciaux
	Omelette	Galette végétale	Nuggets de blé	Mix de légumineuses
	Courgettes BIO à la provençale	Polenta	Ratatouille	Riz de camargue
Raisin	Tarte aux pommes (1,3)	Compote pommes/coings	Poire BIO	Yaourt (7)

Tableau de correspondance des Allergènes

Dans le menu, sous le nom de chaque recette, les allergènes sont identifiés par un chiffre.

- | | | | | |
|--------------|-------------|-------------------|--------------|-----------------------------------|
| 1 Gluten | 4 Poissons | 7 Lait | 10 Moutarde | 13 Lupin |
| 2 Crustacés | 5 Arachide | 8 Fruits à coque | 11 Sésame | 14 Mollusque |
| 3 Œufs | 6 Soja | 9 Céleri | 12 Sulfite | 15 Contient multiples allergènes |

Equilibre alimentaire validé par la Diététicienne :
Delphine DUBOIS - Association Cocodiet

Produit issu de l'agriculture biologique
Produit issu "Egalim"

Marc CINQUEUX, Le gérant