

BALARUC LE BAINS • BALARUC LE VIEUX  
FRONTIGNAN LA PEYRADE • MIREVAL • VIC LA GARDIOLE

**Tous les jours le pain est BIO, solidaire et local**

Date	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Semaine 2  Du 5 janvier au 9 janvier  C5 S1	Steak haché au bœuf Purée de pomme de terre Cantal AOP Fruit de saison BIO SV : Filet de colin MSC pané G : Pain/Confiture/ Petit suisse BIO nature	<u>Menu végétarien</u> Salade de pois chiche Omelette Poêlée de légumes Blé au beurre Camembert Fruit de saison BIO G : Yaourt BIO Nature/compote BIO fraise cassis	Salade verte de saison Lasagne de <b>boeuf BIO</b> à la tomate Petits suisses BIO nature Compote BIO pomme poire SV : Lasagnes sans viande G : Pain/Brebicrème/Fruit	Taboulé Filet de hoki <b>MSC</b> au curry Printanière de légumes Coulommier Compote BIO pomme abricot G : Couronne/Fruit / lait	Chou chinois sauce bulgare Blanquette de veau Riz créole de camargue <b>IGP</b> Gouda <b>IGP</b> Fruit de saison BIO SV : Sauce Blanquette G: madeleine coquille/Compote BIO banane /Yaourt BIO nature
Semaine 3  Du 12 janvier au 16 janvier  C5 S2	<u>Menu végétarien</u> Potage de légumes Œufs durs sauce mornay Brocolis sautés Camembert BIO Fruit au sirop G : Gaufre au sucre/Compote BIO pomme/Fromage blanc nature BIO	Betteraves <b>Boeuf BIO Bourguignon</b> Pâtes papillons Tomme Catalane <b>AOP</b> Fruit de saison BIO SV : Sauce tomate G : Pain/Saint moret/ Compote BIO pomme poire	Salade de pomme de terre (fraîche) Filet de colin MSC à la provençale Haricots vert sautés Saint Bricet Fruit de saison G : Pain/Beurre/Yaourt Fruits mixés	<u>Menu Nutrition sportive</u> <u>proposé par Balaruc le Vieux</u> Salade de perles au surimi Sauté de poulet grillé au jus Carottes en persillade Coulommier Compote BIO pomme Banane SV: omelette G : Palmier/Lait/Fruit	Salade verte de saison Croziflette Petit suisse BIO nature Compote BIO pomme abricot SP/SV : Croziflette sans viande G : Pain/Six de Savoie/Fruit
Semaine 4  Du 19 janvier au 23 janvier  C5 S3	Céleri vinaigrette Spaghettis à la bolognaise Emmental râpé Yaourt nature BIO Compote BIO pomme fraise cassis SV : Pâtes à la sauce tomate G: Pain/St brivet/ fruit	<u>Menu végétarien</u> Carottes BIO râpées Parmentier de lentilles Saint nectaire <b>AOP</b> Fruit de saison G : Pain/Confiture/ Fromage blanc BIO nature	Gardiane de taureau <b>Coquillettes BIO</b> Kiri Fruit de saison SV : Haricots rouges sauce tomate G : Petits beurre/petit suisse BIO nature/ Compote BIO pomme abricot	Pizza Filet de hoki <b>MSC</b> beurre citron Fondue de poireaux et pomme de terre Yaourt BIO nature Compote BIO pomme banane G : Pain/babybel/Fruit BIO	Salade d'endives et dès de cantal AOP Omelette maison Riz de camargue <b>IGP</b> et sauce tomate Fromage blanc BIO nature Compote BIO pomme G : Pain/beurre/Fruit
Semaine 5  Du 26 janvier au 30 janvier  C5 S4	Radis beurre Rôti de dinde au jus Flageolets Yaourt BIO ntaure Compote BIO pomme poire SV: purée pdt/flageolet G : Pain/Saint moret/Fruit	Salade de blé Filet de colin <b>MSC</b> pané Ratatouille Ossau Iraty <b>AOP</b> Fruit de saison BIO G : Boudoir/Fromage blanc BIO/ Compote BIO pomme banane	Chou fleur vinaigrette Sauté de porc aux olives Pommes de terre sautées Petit suisse BIO nature Compote BIO pomme banane SP: paupiette veau + jus olives SV : Sauce jus et aux olives G: Pain/Petit louis/Fruit	Macaronade de <b>boeuf BIO</b> Penne rigatte Emmental râpé <b>Brie BIO</b> Fruit au sirop SV : Sauce tomate G: langue de chat/Yaourt BIO nature Compote BIO pomme fraise cassis G : Pain/Chocolat/ Fromage blanc BIO nature	<u>Menu végétarien</u> Salade de riz Omelette au fromage <b>Petit pois carottes BIO ss lardons</b> Vache qui rit Fruit de saison G : Pain/Chocolat/ Fromage blanc BIO nature

SV : Sans Viande - SP : Sans Porc - LR : Label Rouge - AOC/AOP : Appellation d'Origine Contrôlée/Protégée - BIO : Produit issu de l'agriculture Biologique - MSC : Label pêche durable - IGP : Indication géographique protégée

**Les menus sont susceptibles d'être modifiés en fonction des effectifs et/ou des approvisionnements**