



Lundi 02/10/2017	Lundi 09/10/2017	Lundi 16/10/2017	Lundi 23/10/2017
Salade Marco Polo Escalope sauce champignons Légumes d'automne Fruit AB	Radis beurre Sauté de veau Marengo Pâtes AB au beurre Fromage Compote de poires / gâteaux secs	Betteraves rouges cuites AB Saucisse grillée AB Purée de pommes de terre Fromage Pomme AB	Pamplemousse Émincé de volaille mariné Légumes d'automne Riz au lait AB
Mardi 03/10/2017	Mardi 10/10/2017	Mardi 17/10/2017	Mardi 24/10/2017
Tomate AB vinaigrette Émincé de porc AB à la catalane Lentilles AB cuisinées Yaourt de Plessala	Betteraves rouges AB vinaigrette Raviolis Salade Glace	Pépinettes/poisson/tomates Sauté de dinde Marengo Haricots verts Fromage blanc de Plessala	Céleri aux pommes Pizza Salade Yaourt aux fruits
Mercredi 04/10/2017	Mercredi 11/10/2017	Mercredi 18/10/2017	Mercredi 25/10/2017
Pamplemousse cocktail maison Sauté de canard Flan de courgettes AB Fromage Fruit de saison	Taboulé légumes frais Émincé de bœuf AB à la bière Petits pois cuisinés Yaourt AB La Motte	Salade canut + fromage Bœuf braisé Semoule AB de couscous Légumes Île flottante	Croque fromage Omelette parmentière maison Bâtonnière de légumes Fruit frais de saison
Jeudi 05/10/2017	Jeudi 12/10/2017	Jeudi 19/10/2017	Jeudi 26/10/2017
Salade américaine + gruyère Viande bolognaise Spaghettis AB Mousse chocolat	Salade verte AB Tartiflette maison Fromage Salade de fruits	Taboulé Filet de poisson meunière Carottes AB Fromage Beignet	Carottes AB aux raisins Hachis parmentier Salade Petit-suisse
Vendredi 06/10/2017	Vendredi 13/10/2017	Vendredi 20/10/2017	Vendredi 27/10/2017
Pâté de foie AB Filet de poisson frais Légumes AB Fromage Gâteau maison aux fruits confits	Cake maison Filet de poisson frais Gratin courgettes AB / pdt AB Fruits frais AB	Concombre vinaigrette Timbale milanaise Pâtes coquillettes AB Fromage Fruit frais AB	Taboulé maison Filet de poisson frais Gratin chou-fleur AB pdt AB Fruit AB

- Produit Label Rouge**
- Viande française**
- Produit issu de l'agriculture biologique**
- Produit local**

Salade Marco Polo : tortis couleurs, miettes de surimi, mayonnaise, ketchup.
 Salade américaine : cœurs de palmier, jambon, maïs, tomates.
 Salade canut : salade, lardons, saucisson à l'ail, croûtons, vinaigrette.

Validé par une diététicienne
 du Club Nutriservices

Menus en couleurs sur le site de la ville de Plérin : www.ville-plerin.fr