

# LEGE CAP FERRET

## Du 7 au 11 novembre 2022

Menus proposés sous réserve d'approvisionnements de nos fournisseurs

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Hors d'œuvre	Œuf dur  et mayonnaise	 Carottes râpées BIO	 Salade verte BIO Et croûtons	Betteraves	
Plat protidique	 Couscous végétarien (boulettes au soja)	Colin d'Alaska  pané au riz soufflé	 Poulet rôti LBR	 Chili con carne (Bœuf BIO)	
Sa garniture	Semoule et légumes couscous	 Purée de pommes de terre BIO	Ratatouille à la niçoise	 Riz BIO	
Produits laitiers	Fromage blanc  BIO sucré différemment : sucre roux ou copeaux de chocolat noir	Tomme grise	 Camembert BIO	Yaourt aromatisé	
Desserts	 Fruit frais BIO	Lacté saveur vanille nappé caramel	Gâteau basque	Fruit frais	
Goûters			Pain confiture Fruit frais		



Produit issu de l'Agriculture Biologique



Cuisiné par nos équipes



Œuf de poule élevée en plein air



Appellation d'Origine Protégée



Label rouge



Plat végétarien



Produit de la mer durable

# LEGE CAP FERRET

Du 14 au 18 novembre 2022

Menus proposés sous réserve d'approvisionnements de nos fournisseurs

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Hors d'œuvre au choix	Radis roses	Macédoine	Emincé d'endives  BIO vinaigrette au miel et moutarde à l'ancienne 	<b>*** Les pas pareilles*** Tartinable : Rillettes de thon</b> 	 Potage de légumes variés
Plat protidique	Omelette  	Saucisse de Toulouse  BIO  <i>S/P : Saucisse de volaille</i>	Sauté de bœuf  BIO sauce paprika, persil	Rôti de dinde  LBR au jus	Potimenter de poisson blanc  (Purée de potiron et pommes de terre) 
Sa garniture	Frites	Lentilles  BIO mijotées	Haricots verts et haricots beurre panachés en persillade	Penne rigate  BIO	Salade verte  BIO
Produits laitiers au choix	 Fromage frais rondelé BIO	Yaourt aromatisé	Pont l'Evêque AOP 	Petit fromage frais aux fruits	Brie  BIO
Desserts au choix	Crème dessert  BIO saveur Chocolat	Fruit frais	Riz au lait	 Fruit frais BIO	Cake à la cannelle 
Goûters			Barre de céréales Fromage blanc Fruit frais		



Produit issu de  
l'Agriculture Biologique



Cuisiné par nos équipes



Œuf de poule élevée en  
plein air



Appellation d'Origine Protégée



Label rouge



Plat végétarien



Produit de la mer durable

# LEGE CAP FERRET

Menus proposés sous réserve d'approvisionnements de nos fournisseurs

Du 21 au 25 novembre 2022



	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Hors d'œuvre au choix	Taboulé  BIO	Salade verte  BIO et maïs Vinaigrette au vinaigre de cidre	Céleri rémoulade	Dips de carottes sauce fromage blanc aux herbes	<b>***Amuse-bouche : Cake poire noisette sarrasin ***</b> Potage de légumes variés
Plat protidique	Cordon bleu de volaille	Gratin de pommes de terre, épinards et fromage à raclette 	Rôti de veau  BIO et sauce tomate	Cheeseburger et ketchup Ketchup	Merlu  portion filet sauce citron
Sa garniture	Duo de carottes orange et jaune		Torsades	Pommes de terre quartier avec peau	Riz  BIO Brocolis
Produits laitiers au choix	Fromage blanc aromatisé	Coulommiers BIO	Saint Paulin BIO	Fromage fondu Vache qui rit  BIO	Yaourt aromatisé  BIO
Desserts au choix	Fruit frais BIO	Pêche au sirop	Liégeois chocolat	 Milkshake vanille (fromage blanc BIO)	Fruit frais
Goûters			Pain fromage Compote		



Produit issu de l'Agriculture Biologique



Cuisiné par nos équipes



Œuf de poule élevée en plein air



Appellation d'Origine Protégée



Label rouge



Plat végétarien



Produit de la mer durable

# LEGE CAP FERRET

Menus proposés sous réserve d'approvisionnements de nos fournisseurs

## Du 28 novembre au 02 décembre 2022

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Hors d'œuvre au choix	Mâche et betteraves  BIO	Salade de pommes de terre	Carottes râpées  BIO	Œuf dur mayonnaise	***Amuse-bouche : <b>La brousse</b> *** Emincé d'endives  BIO aux croûtons Vinaigrette à l'huile de noix
Plat protidique	Sauté de bœuf  BIO sauce olive	Crêpes aux champignons	Hoki sauce dieppoise (crustacés, tomate, crème fraîche)	Jambon blanc  BR • Jambon de dinde	Nuggets de blé
Sa garniture	Semoule	Haricots verts  BIO au jus de légumes	Riz  BIO	Coquillettes  BIO	Purée de courge butternut  BIO
Produits laitiers au choix	Gouda	Yaourt  BIO nature sucré	Fromage frais Fraidou	Camembert  BIO	Petit fromage frais aux fruits
Desserts au choix	Lacté saveur vanille nappé caramel	Fruit frais	Mousse au chocolat	Fruit frais	Moelleux à la fleur d'oranger
Goûters			Sablés, Fruit frais Yaourt aromatisé		



Produit issu de l'Agriculture Biologique



Cuisiné par nos équipes



Œuf de poule élevée en plein air



Appellation d'Origine Protégée



Label rouge



Plat végétarien



Produit de la mer durable

# LEGE CAP FERRET

Menus proposés sous réserve d'approvisionnements de nos fournisseurs  
**Du 5 au 9 décembre 2022**

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Hors d'œuvre au choix	Salade iceberg aux pommes et oranges vinaigrette au miel	Haricots verts et maïs	Velouté de potiron	<b>*** Les pas pareilles***</b> Carottes râpées  BIO	Salade de pommes de terre
Plat protidique	Omelette	Beignets de calamar & quartier de citron	Sauté de veau  BIO sauce forestière	Rôti de porc  BIO au jus • Rôti de dinde	Emincé de saumon à la crème
Sa garniture	Ratatouille et Riz  BIO	Penne BIO  semi complètes (sauce tomate à part)	Semoule  BIO	Purée d'épinards	Poêlée de légumes
Produits laitiers au choix	Tomme blanche	Saint Nectaire AOP	Fromage blanc aromatisé	Fromage frais Petit Cotentin	Yaourt  BIO aromatisé
Desserts au choix	Lacté  BIO saveur vanille nappé caramel	Fruit frais BIO	Assiette de fruits d'hiver	Crêpe nature sucrée & confit poire miel orange	Fruit frais  BIO
Goûters			Pain pâte à tartiner Lait vanille		



Produit issu de l'Agriculture Biologique



Cuisiné par nos équipes



Œuf de poule élevée en plein air



Appellation d'Origine Protégée



Label rouge



Plat végétarien



Produit de la mer durable

# LEGE CAP FERRET

## Du 12 au 16 décembre 2022

Menus proposés sous réserve d'approvisionnements de nos fournisseurs



	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Hors d'œuvre au choix	Salade coleslaw (chou blanc  BIO et carottes râpées  BIO	Betteraves rouges  BIO	Salade verte BIO  Et oignons frits	<b>*** REPAS DE NOEL ***</b> <b>Mousse de canard</b>	Velouté de lentilles corail au lait de coco
Plat protidique	Boulettes de mouton façon orientale	Pâtes carotte, potiron mozzarella	Tartiflette * S/P : Tartiflette de dinde	<b>Pavé de dinde</b> <b>LBR</b> <b>sauce pain d'épices</b>	Poisson blanc meunière et citron
Sa garniture	Boullgour  BIO Légumes couscous			<b>Pommes paillason</b>	Courgettes  BIO en gratin
Produits laitiers au choix	Coulommiers	Fromage blanc  BIO nature sucré	Petit fromage frais aux fruits	<b>Petit Louis de Noël</b>	Saint Paulin BIC
Desserts au choix	Crème dessert saveur vanille	Fruit frais	Purée de pommes BIO	<b>Bûche de Noël</b>	Banane sauce chocolat au lait
Goûters			Rocher coco Fruit frais Fromage blanc		



Produit issu de l'Agriculture Biologique



Cuisiné par nos équipes



Œuf de poule élevée en plein air



Appellation d'Origine Protégée



Label rouge



Plat végétarien



Produit de la mer durable

## LEGE CAP FERRET

### Du 19 au 23 décembre 2022 - Vacances scolaires

Menus proposés sous réserve d'approvisionnements de nos fournisseurs

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Hors d'œuvre au choix	Chou blanc BIO  aux raisins	Œuf dur  et mayonnaise	 Potage de légumes variés	Céleri rémoulade	Carottes râpées BIO  vinaigrette aux herbes 
Plat protidique	Sauté de porc  BIO Sauce fermière • Sauté de dinde	Lieu  sauce armoricaine	Tarte Emmenthal, mozzarella, fromage type italien 	 Roti de bœuf BIO et son jus	Wings de poulet
Sa garniture	Carottes et haricots blancs persillés	 Semoule BIO	Salade verte BIO 	Purée de pommes de terre	Haricots beurre
Produits laitiers au choix	Brie	Yaourt aromatisé	Fromage frais Cantafrais	 Edam BIO	 Fromage blanc BIO sucré
Desserts au choix	Liégeois saveur vanille	 Fruit frais BIO	Purée de pommes BIO  	Fruit frais	Chou à la crème
Goûters	Pain chocolat tablette Fruit frais	Pompon Jus de fruits Petit suisse	Pain fromage Fruit frais	Pain pâte à tartiner Compote	Brioche Fruit frais Lait chocolat



Produit issu de l'Agriculture Biologique



Cuisiné par nos équipes



Œuf de poule élevée en plein air



Appellation d'Origine Protégée



Label rouge



Plat végétarien



Produit de la mer durable

# LEGE CAP FERRET

## Du 26 au 30 décembre 2022 - Vacances scolaires

Menus proposés sous réserve d'approvisionnements de nos fournisseurs

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Hors d'œuvre au choix	Potage de légumes variés (carotte, pdt, poireau, chou-fleur, céleri h. verts, petits pois)	Emincé d'endives et croûtons	Haricots verts Et maïs	<b>Repas de fin d'année</b> Salade verte BIO Vinaigrette d'agrumes à la cannelle	Saucisson à l'ail * et cornichon • Pâté de volaille
Plat protidique	Œuf à la coque (plein air)	Bœuf BIO façon bourguignon (champignon, oignon, tomate, extrait de raisin rouge, persil)	Colin d'Alaska pané et quartier de citron	Rôti de dinde  BR sauce crème champignons	Merlu sauce citron
Sa garniture	Frites	Carottes BIO à l'ail	Riz  BIO et sauce tomate à part	Tortis tricolores BIO	Purée de potiron et pommes de terre
Produits laitiers au choix	Yaourt aromatisé BIO	Camembert	Bleu d'Auvergne AOP	Fromage roulé Fol épi	Saint Paulin BIO
Desserts au choix	Fruit frais BIO	Semoule au lait	Fruit frais BIO	Gâteau moelleux au chocolat	Fruit frais BIO
Goûters	Pain confiture Lacté saveur vanille	Fruit frais Pain chocolat tablette	Pain au lait Compote Lait vanille	Madeleine Fruit frais Petit suisse	Roulé myrtille Briquette de lait chocolat Jus de pommes (l)



Produit issu de l'Agriculture Biologique



Cuisiné par nos équipes



Œuf de poule élevée en plein air



Appellation d'Origine Protégée



Label rouge



Plat végétarien



Produit de la mer durable