



Régime sans lait et produits laitiers de vache

Dates	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDEMI
Du 6 au 10 août	Pizza au chèvre Saucisse Courgettes SANS LAIT Petit billy (chèvre) Fruit BIO de saison PL	Carottes BIO râpées Gardiane de taureau PL Riz sauvage Fruit de saison PL	Taboulé Cubes de poisson MSC au basilic SANS CREME Epinards NATURESet croûtons Fruit de saison PL	Salade de riz Escalope viennoise Petits pois à la française SANS beurre Fruit de saison PL	Menu alternatif Salade / tomate BIO Couscous aux légumes Chausson aux pommes
Goûter semaine 32	Pain / chocolat Compote	Pain / confiture Fruit de saison PL	Compote Palmier	Pain / chocolat Fruit de saison PL	Pain /confiture Fruit de saison PL
Du 13 au 17 août	Pizza au chèvre Omelette SANS fromage SANS crème Haricots verts BIO SANS beurre Fruit de saison PL	Betteraves / maïs Filet de poisson MSC provençale Riz BIO créole Compote	férié	Wrap de poulet et crudités (salade tomate) / mayonnaise pommes campagnardes Fruit de saison PL	Salade de pâtes Rôti de porc BIO PL Tomates provençales Bûche de chèvre Fruit de saison PL
Goûter semaine 33	Compote chamonix	Pain / chocolat Fruit de saison PL		Compote palmitos	Pain d'épice Fruit de saison PL
Du 20 au 24 août	Tomate Moussaka SANS LAIT (aubergines, pâtes, bœuf BIO) Fruit	Salade verte BIO / féta Poulet Pommes rosties Compote palmier	Carottes râpées Tomates farcies Purée SANS lait Fruit	Taboulé Petits beignets de poisson MSC Chou fleur nature Fruit de saison PL	Melon charentais Bio Paella garnie (dinde, seiche, moules) Fruit de saison PL
Goûter semaine 34	Pain / confiture Fruit de saison	Pain / chocolat Fruit de saison PL	Spéculos Compote	Compote Chausson aux pommes	Chamonix Fruit de saison PL
Du 27 au 31 août	Concombre vinaigrette Ragoût languedocien (veau PL, PdeT, carottes, céleri, champignons, olives) Fruit de saison PL	Betteraves / 1/2 œuf dur Tielle SdeF Haricots beurre Fromage Fruit BIO de saison	Salade verte BIO SANS mozzarella Jambon LR Pommes vapeur / mayonnaise Compote	Salade de riz BIO Rôti de dindonneau Tomates provençales Fruit de saison PL	Tomate BIO Filet de poisson façon meunière MSC Boulghour Compote
Goûter semaine 35	Pain / chocolat Fruit de saison PL	Compote Chausson aux pommes	Pain / chocolat Fruit de saison PL	Compote Pain d'épice	Pain / confiture Fruit de saison PL

SV : Sans viande

SP : Sans porc

PL Produit Local



LR : Label Rouge

AOP : Appellation d'Origine Protégée



BIO Produit issu de l'agriculture biologique



MSC : Ecolabel pêche durable



SdeF : Sud de France

Goûters : seulement pour les communes concernées

NB : les menus sont susceptibles d'être modifiés