



**Menus de la Cantine de TOUGET**  
**confectionnés par Gaëlle Picard**  
**Semaine du 26/02/2024 au 01/03/2024**  
**(sous réserve d'éventuelles modifications)**

LUNDI		MARDI		MERCREDI		JEUDI		VENDREDI	
<b>Lentilles</b>	9	<b>Betteraves</b>	9	<b>Carottes Râpées</b>	9	<b>Rosette</b>		<b>Salade de riz</b>	9
<b>Raclette</b>	1	<b>Rôti de porc</b>		<b>Cordon Bleu</b>	8 1	<b>Saucisse</b>		<b>Colin Meunière</b>	4 6
		<b>Flageolets</b>		<b>Salsifis</b>		<b>Haricots Verts</b>		<b>Epinards à la crème</b>	1
<b>Compote</b>		<b>Pâtisserie *</b>	1 2 8	<b>Yaourt</b>	1	<b>Fruit</b>		<b>Compote</b>	
<b>Plats confectionnés avec des produits achetés en Local</b>									
<b>Fait Maison</b>						 Pêche durable MSC		* surgelé	
<b>Menus validés par une diététicienne diplômée d'Etat - VERONIQUE CHAMPOMIER</b>									
<b>Allergènes : ces plats contiennent les allergènes suivants :</b>									
1- Lait et lactose 2 - Céréales (blé, seigle, orge, avoine, épeautre, kamut), 3 - Fruits à coque 4 - Poissons 5 - Mollusques 6 - Crustacés 7 - Céleri					8 - Œufs 9 - Moutarde 10 - Graines de sésame, 11 - Soja 12 - Anhydride sulfureux et sulfites 13 - Lupin 14 - Arachides				



**Menus de la Cantine de TOUGET**  
**confectionnés par Gaëlle**  
**Semaine du 04/03/ 2024 au 08/03 /2024**  
**(sous réserve d'éventuelles modifications)**



LUNDI		MARDI		MERCREDI		JEUDI		VENDREDI	
Brocolis *	9	Carottes râpées		Betteraves	9	Salade verte aux croutons	9	Pâté de campagne	
Rôti de dinde		Poisson en sauce	1 4	Pizza Végétarienne	1	Pâtes bolognaise	2	Rôti de porc	
Petits pois / carottes		Riz	1 2					Gratin de courgettes	1
Fromage Blanc	1	Yaourt		Pâtisserie *	1	Fromage	1	Fruit	
<b>Plats confectionnés avec des produits achetés en Local</b>									
Fait Maison								* surgelé	
<b>Menus validés par une diététicienne diplômée d'Etat - VERONIQUE CHAMPOMIER</b>									
<b>Allergènes : ces plats contiennent les allergènes suivants :</b>									
1- Lait et lactose 2 - Céréales (blé, seigle, orge, avoine, épeautre, kamut), 3 - Fruits à coque 4 - Poissons 5 - Mollusques 6 - Crustacés 7 - Céleri					8 - Œufs 9 - Moutarde 10 - Graines de sésame, 11 - Soja 12 - Anhydride sulfureux et sulfites 13 - Lupin 14 - Arachides				



**Menus de la Cantine de TOUGET**  
**confectionnés par Gaëlle**  
**Semaine du 11/03/ 2024 au 15/03 /2024**  
**(sous réserve d'éventuelles modifications)**



LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Betteraves 1	Cèleris rave 9	Brocolis * 9	Choux chinois 9	Macédoine 9
Salade de pâtes 2	Jambon Blanc	Rôti de Dinde	Cuisse de poulet	Lasagnes Maison 2 1
Yaourt 1	Pommes noisettes * 1 4	Semoule	Pâtes au beurre 2 	
fruit	Glace * 1	Fruit	Fromage 1 	Compote
<b>Plats confectionnés avec des produits achetés en Local</b>				
Fait Maison		 BIO	 Pêche durable MSC	* surgelé
<b>Menus validés par une diététicienne diplômée d'Etat - VERONIQUE CHAMPOMIER</b>				
<b>Allergènes : ces plats contiennent les allergènes suivants :</b>				
1- Lait et lactose 2 - Céréales (blé, seigle, orge, avoine, épeautre, kamut), 3 - Fruits à coque 4 - Poissons 5 - Mollusques 6 - Crustacés 7 - Céleri		8 - Œufs 9 - Moutarde 10 - Graines de sésame, 11 - Soja 12 - Anhydride sulfureux et sulfites 13 - Lupin 14 - Arachides		




**Menus de la Cantine de TOUGET**  
**confectionnés par Gaëlle**  
**Semaine du 18/03/ 2024 au 22/03 /2024**  
**(sous réserve d'éventuelles modifications)**



LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Rosette	Salade verte	Soupe	Beteraves	Brocolis *
Sauté de Veau origine France	Pizza végétarienne aux fromages	Colin en Sauce	Pâtes Carbonara	Saucise
Salsifis		Gratin de butternut	Laitage	Petits pois carottes
fruit	Banane	Yaourt	Biscuit	Glace *
Plats confectionnés avec des produits achetés en Local				
Fait Maison		BIO	Pêche durable MSC	* surgelé
Menus validés par une diététicienne diplômée d'Etat - VERONIQUE CHAMPOMIER				
Allergènes : ces plats contiennent les allergènes suivants :				
1- Lait et lactose 2 - Céréales (blé, seigle, orge, avoine, épeautre, kamut), 3 - Fruits à coque 4 - Poissons 5 - Mollusques 6 - Crustacés 7 - Céleri		8 - Œufs 9 - Moutarde 10 - Graines de sésame, 11 - Soja 12 - Anhydride sulfureux et sulfites 13 - Lupin 14 - Arachides		

**Menus de la Cantine de TOUGET**  
**confectionnés par Gaëlle**  
**Semaine du 25/03/ 2024 au 29/03 /2024**  
**(sous réserve d'éventuelles modifications)**

LUNDI		MARDI		MERCREDI		JEUDI		VENDREDI	
salade haricots verts	9	Cèleris raves	9	Rosette		Carottes râpées	9	Betteraves / pois chiches	9
Pâtes Bolognaise 	2	Colin Meunière * 	4 6	Rôti de Dinde		Jambon Blanc		Pizza aux légumes	2
		Blé	2	Petits pois carottes		Jardinière de légumes			
Fromage	1	Pâtisserie *	1 2 8	Fruit		Mousse au chocolat	8	Fromage Blanc	1
<b>Plats confectionnés avec des produits achetés en Local</b>									
Fait Maison				 BIC   		 Pêche durable MSC		* surgelé	
<b>Menus validés par une diététicienne diplômée d'Etat - VERONIQUE CHAMPOMIER</b>									
<b>Allergènes : ces plats contiennent les allergènes suivants :</b>									
1- Lait et lactose 2 - Céréales (blé, seigle, orge, avoine, épeautre, kamut), 3 - Fruits à coque 4 - Poissons 5 - Mollusques 6 - Crustacés 7 - Céleri					8 - Œufs 9 - Moutarde 10 - Graines de sésame, 11 - Soja 12 - Anhydride sulfureux et sulfites 13 - Lupin 14 - Arachides				



**Menus de la Cantine de TOUGET**  
**confectionnés par Gaëlle**  
**Semaine du 02/04/ 2024 au 05/04 /2024**  
**(sous réserve d'éventuelles modifications)**



LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
	<b>Lentilles</b> 9	<b>Concombres</b> 9	<b>Salade Verte</b>	<b>Rosette</b>
<b>Férié</b>	<b>Sauté de veau</b>	<b>Cordon Bleu</b>	<b>Rôti de Porc</b>	<b>Poisson en sauce *</b> 1 4
	<b>Purée de carottes</b> 1	<b>Petits pois</b>	<b>Flageolets</b>	<b>Haricots verts</b>
	<b>Fruit</b>	<b>Yaourt</b> 1	<b>Glace *</b> 1	<b>Compote</b> 1
<b>Plats confectionnés avec des produits achetés en Local</b>				
<b>Fait Maison</b>			Pêche durable MSC	* surgelé
<b>Menus validés par une diététicienne diplômée d'Etat - VERONIQUE CHAMPOMIER</b>				
<b>Allergènes : ces plats contiennent les allergènes suivants :</b>				
1- Lait et lactose 2 - Céréales (blé, seigle, orge, avoine, épeautre, kamut), 3 - Fruits à coque 4 - Poissons 5 - Mollusques 6 - Crustacés 7 - Céleri		8 - Œufs 9 - Moutarde 10 - Graines de sésame, 11 - Soja 12 - Anhydride sulfureux et sulfites 13 - Lupin 14 - Arachides		