




**Menus de la Cantine de Touget**  
**confectionnés par Gaëlle**  
**Semaine du 4 /09/ 2023 au 8 /09/ 2023**  
**(sous réserve d'éventuelles modifications)**



LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
<b>Betteraves</b> 	<b>Salade pommes de terre - fromage</b>	<b>Salade verte</b>	<b>Salade tomates - pois chiches</b>	<b>Concombres</b>
<b>Pâtes Bolognaise</b> 	<b>Rôti de veau</b>	<b>Colin au curry *</b> 	<b>Taboulé</b>	<b>Saucisse</b>
	<b>Courgettes</b>	<b>Riz</b> 		<b>Flageolets</b>
<b>Yaourt</b>	<b>Pêche</b>	<b>Fromage</b> 	<b>Fondant au chocolat *</b>	<b>Fromage blanc aux nectarines</b>
<b>Plats confectionnés avec des produits achetés en Local</b>				
<b>Fait Maison</b>		<b>BIO</b> 	<b>Pêche durable MSC</b> 	<b>* surgelé</b>
<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 /09/ 2023 au 15 /09/ 2023**  
**(sous réserve d'éventuelles modifications)**



LUNDI		MARDI		MERCREDI		JEUDI		VENDREDI	
<b>Pasteque</b>		<b>Maquereaux</b>	14	<b>Concombres</b>	9	<b>Carottes râpées</b>	9	<b>Cèleris rave</b>	7 14- 8
<b>Sauté de veau</b> <b>carottes</b> <b>champignons</b>	7	<b>Cuisse de poulet</b>		<b>Rôti de veau</b>		<b>Salade pommes</b> <b>de terre -</b> <b>haricots rouges</b>	8 9	<b>Poisson</b> <b>meunière*</b>	2 14 4
<b>Semoule</b>	2	<b>Blé aux légumes</b>	2	<b>Haricots verts</b> <b>persillés</b>		<b>Tomates - œufs</b> <b>durs</b>	9 8	<b>Riz au beurre</b>	7
<b>Glace*</b>	1 8 -14	<b>Raisins</b>		<b>Fromage</b>	1	<b>Yaourt</b>	1	<b>Crêpe*</b>	1 2 8
<b>Plats confectionnés avec des produits achetés en Local</b>									
<b>Fait Maison</b>				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 /09/ 2023 au 23 /09/ 2023**  
(sous réserve d'éventuelles modifications)



LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Saucisson Sec	Salade de lentilles 	Salade verte	Pastèque	Concombres
Rôti de veau	Jambon Blanc	Poisson en sauce* 	Cuisse de poulet	Lasagnes aux légumes et lentilles corail 
Pâtes 	Haricots verts	Riz 	Petits pois	
Poire	Yaourt 	Fromage 	Crème vanille	Tarte aux pommes* 
<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 25 /09/ 2023 au 29 /09/ 2023**  
(sous réserve d'éventuelles modifications)



LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Salade haricots - verts dés de fromage 	 Betteraves	Salade de Lentilles 	Salade verte aux croutons	Carottes râpées
Poisson * sauce curry 	 Salade de Pâtes haricots rouges	Saucisse	Cuisse de poulet	Jambon Blanc
Semoule 	Tomates, maïs	Purée de Pommes de terre	Blé aux  champignons	Pommes de terre sautées
Pomme	Tarte aux pommes*	Glace*	Yaourt 	Fromage 
<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>				
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 02/10/ 2023 au 06 /10/2023**  
(sous réserve d'éventuelles modifications)














LUNDI		MARDI		MERCREDI		JEUDI		VENDREDI	
<b>Cèleris rave</b>	7 8 9	<b>Salade de lentilles</b> 	9	<b>Salade verte</b>	9	<b>Concombres</b>	9	<b>Salade de tomates</b>	9
<b>Pâtes Carbonara</b> 	2 1	<b>Rôti de veau</b>		<b>Poisson Meunière*</b> 	14 4	<b>Pommes de terre, œufs durs, haricots rouges</b>	9 8	<b>Saucisse</b>	
		<b>Haricots verts persillés</b>		<b>Pommes de terre vapeur</b>		<b>Tomates</b>	9	<b>Petits pois, pommes de terre</b>	
<b>Yaourt</b> 	1	<b>Poire</b>		<b>Yaourt</b> 	1	<b>crêpes*</b>	1 8	<b>Fromage Blanc</b>	1
<b>Plats confectionnés avec des produits achetés en Local</b>									
<b>Fait Maison</b>				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 09/10/ 2023 au 13 /10/ 2023**  
(sous réserve d'éventuelles modifications)



LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
<b>Rosette</b>	<b>Betteraves</b> 	<b>Cèleris rave</b>	<b>Carottes râpées</b>	<b>Choux chinois</b>
		7 8 9	9	8
<b>Rôti de dinde</b>	<b>Sauté de Veau</b>	<b>Escalope de veau à la crème</b>	<b>Taboulé aux légumes</b>	<b>Poisson en sauce *</b> 
	7	1	8	4 6 1
<b>Semoule  aux carottes</b>	<b>Riz  aux champignons</b>	<b>Pâtes</b> 	<b>Œufs durs</b> 	<b>Pâtes</b> 
2		2	8	2
<b>Raisin</b>	<b>Yaourt</b> 	<b>Brie</b> 	<b>Crème vanille</b>	<b>Tarte aux pommes *</b>
	1	1	1 8	2
<b>Plats confectionnés avec des produits achetés en Local</b>				
<b>Fait Maison</b>		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		8 - Œufs		
2 - Céréales (blé, seigle, orge, avoine, épeautre, kamut),		9 - Moutarde		
3 - Fruits à coque		10 - Graines de sésame,		
4 - Poissons		11 - Soja		
5 - Mollusques		12 - Anhydride sulfureux et sulfites		
6 - Crustacés		13 - Lupin		
7 - Céleri		14 - Arachides		

**Menus de la Cantine de Touget**  
confectionnés par Gaëlle  
**Semaine du 16/10/ 2023 au 20 /10/ 2023**  
(sous réserve d'éventuelles modifications)



LUNDI		MARDI		MERCREDI		JEUDI		VENDREDI	
<b>Terrine de campagne</b>	1 8	<b>Salade de riz</b> 	9	<b>Salade verte</b>	9	<b>Brocolis</b>	9	<b>Carottes râpées</b>	9
<b>Rôti de veau</b>		<b>Jambon Blanc</b>	7	<b>Hachis Parmentier de Poisson*</b>	4 6	<b>Cuisse de poulet</b>		<b>Salade pommes de terre + dés de fromage</b> 	1 9
<b>Flageolets</b>		<b>Choux - fleur</b>				<b>Blé  à la crème</b>	2	<b>Haricots rouges</b>	
<b>Pomme</b>		<b>Yaourt</b> 		<b>Fromage</b> 	1	<b>Fromage Blanc aux poires</b>	1	<b>Crêpe *</b>	8 1
<b>Plats confectionnés avec des produits achetés en Local</b>									
<b>Fait Maison</b>				 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				