








SEILH	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Entrée	Concombre	Salade de riz	Melon	Pizza au fromage	Tomate rondelle
Plat principal	 Cheeseburger	 Aiguillette de poulet au jus	 Saucisse aveyronnaise* 	Poissonnette	 Carbonade flamande
Légumes Féculents	Frites	Haricots verts	Pâtes	Ratatouille	Riz
Produit laitier	Petit suisse sucré	Edam	Yaourt aromatisé	Carré président	Camembert
Dessert	Fruit	Mousse chocolat	Fruit	Flan caramel	Fruit
<u>Sans viande</u> <u>Sans porc</u>	Fishburger	Galette végétale	Nuggets de blé Nuggets de blé		Poisson mariné au thym

Les familles d'aliments :

*présence de porc



● Viandes, poissons et oeufs ● Légumes & fruits ● Produits céréaliers, féculents et légumes secs ● produits laitiers

Nos salades et plats composés :

Salade de riz : riz, maïs, tomate, vinaigrette

Hachis parmentier : purée de pomme de terre, égréné de boeuf

Nos sauces :

Carbonade flamande : fond brun, bouillon de bœuf, oignon, thym, laurier, bière sans alcool, pain d'épices



Fabriqué en aveyron



Viande bovine française



Viande porcine française



Volaille française



Circuit court

Pour des raisons d'approvisionnement, CRM se réserve le droit de modifier certaines composantes du menu et vous remercie de votre compréhension. CRM vous informe que la viande bovine est d'origine française conformément au décret du 17/12/2002. Notre viande de porc est certifiée VPF. Conformément à l'Article R412-15 du code de la consommation, la cuisine centrale met à disposition un repas sans les 14 allergènes réglementaires qui s'intègre dans le dispositif déployé par votre établissement. Merci d'orienter toute personne intéressée vers

votre service de restauration pour en bénéficier.



SEILH

Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

Entrée	Rosette*	Carottes râpées	Piémontaise	Macédoine	Taboulé
Plat principal	Haché de veau au jus	Sauté de poulet au citron	Bœuf braisé	Cordon bleu	Dos de colin à l'aneth
Légumes Féculents	Epinards béchamel	Boullgour	Choux fleurs persillés	Pâtes à la provençale	Carottes vapeurs
Produit laitier	Vache Picon	Emmental	Fromage blanc vanille	Yaourt fermier	Carré ligueil
Dessert	Crème chocolat	Fruit	Gâteau basque	Fruit	Maestro vanille

Sans viande

Sans porc

Œuf mayonnaise/ Galette végétale
Œuf mayonnaise

Filet de poisson

Calamars à la romaine

Omelette

Les familles d'aliments :

*présence de porc

- Viandes, poissons et œufs
- Légumes & fruits
- Produits céréaliers, féculents et légumes secs
- produits laitiers



Nos salades et plats composés :

Piémontaise : Pomme de terre, sauce vinaigrette, cornichons, tomates, œufs durs, herbes aromatiques
Taboulé oriental : Semoule, poivrons rouges et verts, tomates, huile de colza, raisins secs, huile d'olive vierge extra, menthe, jus de citron

Nos sauces :

Sauce citron : base roux, bouillon volaille, crème, jus de citron
Sauce provençale : fond brun, concentré de tomate, concassé de tomate, base roux, oignon, ail, herbes de Provence
Sauce à l'aneth : fumet de poisson, crème, base roux, aneth



Fabriqué en aveyron

Viande bovine française

Viande porcine française

Volaille française

Circuit court

Pour des raisons d'approvisionnement, CRM se réserve le droit de modifier certaines composantes du menu et vous remercie de votre compréhension. CRM vous informe que la viande bovine est d'origine française conformément au décret du 17/12/2002. Notre viande de porc est certifiée VPF. Conformément à l'Article R412-15 du code de la consommation, la cuisine centrale met à disposition un repas sans les 14 allergènes réglementaires qui s'intègre dans le dispositif déployé par votre établissement. Merci d'orienter toute personne intéressée vers

votre service de restauration pour en bénéficier.



SPAIN

SEILH

Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi
Menu espagnol

Vendredi

Entrée	Salade de pommes de terre	Concombre	Tarte au fromage	Melon	Salade de pâtes
Plat principal	Boulette de bœuf l'orientale	Sauté de porc sauce à la pomme*	Filet de poulet au jus	Paëlla	Dos de colin thym citron
Légumes Féculents	Courgette	Blé	Petits pois	***	Haricots beurre
Produit laitier	Petit suisse aromatisé	Gouda	Buchette mélangée	Petit moulé	Yaourt aromatisé
Dessert	Fruit	Flan vanille	Compote de pomme	Crème renversée	Fruit
Sans viande Sans porc	Galette végétale	Filet de poisson Filet de poisson	Veggie burger	Paella végétarienne	

Les familles d'aliments :

- Viandes, poissons et oeufs
- Légumes & fruits
- Produits céréaliers, féculents et légumes secs
- produits laitiers

*présence de porc



Nos salades et plats composés :
Salade de pomme de terre : pomme de terre, tomate, vinaigrette
Salade de pâtes : pâtes, tomate, maïs, vinaigrette
Paella : riz, cocktail de fruit, pilon de poulet, poivrons

Nos sauces :
Sauce à la pomme : jus de pommes, fond brun, base roux, crème
Sauce orientale : fond brun, bouillon de bœuf, base roux, épices couscous, laurier, thym, poivrons
Sauce citron-thym : fumet de poisson, crème, base roux, thym, jus de citron

- Fabriqué en aveyron
- Viande bovine française
- Viande porcine française
- Volaille française
- Circuit court

Pour des raisons d'approvisionnement, CRM se réserve le droit de modifier certaines composantes du menu et vous remercie de votre compréhension. CRM vous informe que la viande bovine est d'origine française conformément au décret du 17/12/2002. Notre viande de porc est certifiée VPF. Conformément à l'Article R412-15 du code de la consommation, la cuisine centrale met à disposition un repas sans les 14 allergènes réglementaires qui s'intègre dans le dispositif déployé par votre établissement. Merci d'orienter toute personne intéressée vers

votre service de restauration pour en bénéficier.



SEILH	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Entrée	Tomates rondelles	Salade de riz	Pâté de campagne*	Salade mélangée	Riz niçois
Plat principal	Haut de cuisse au jus	Jambon grill* au jus	Colin poêlé	Lasagnes bolognaises	Bœuf bourguignon
Légumes Féculents	Lentilles	Epinards béchamel	Brocolis	***	Carottes
Produit laitier	Coulommiers	Edam	Carré président	Yaourt fermier	Tartare
Dessert	Fruit	Compote pomme poire	Mousse chocolat	Fruit	Twibio
Sans viande Sans porc	Filet de poisson	Galette végétale Galette végétale	Surimi mayonnaise Surimi mayonnaise	Lasagne au saumon	Omelette

Les familles d'aliments

*présence de porc

● Viandes, poissons et oeufs
 ● Légumes & fruits
 ● Produits céréaliers, féculents et légumes secs
 ● produits laitiers



Nos salades et plats composés :

Salade de riz : riz, maïs, tomate, vinaigrette

Nos sauces :

Sauce moutarde à l'ancienne : fond brun, bouillon, crème, base roux, moutard à



Fabriqué en aveyron



Viande bovine française



Viande porcine française



Volaille française



Circuit court

Pour des raisons d'approvisionnement, CRM se réserve le droit de modifier certaines composantes du menu et vous remercie de votre compréhension. CRM vous informe que la viande bovine est d'origine française conformément au décret du 17/12/2002. Notre viande de porc est certifiée VPF. Conformément à l'Article R412-15 du code de la consommation, la cuisine centrale met à disposition un repas sans les 14 allergènes réglementaires qui s'intègre dans le dispositif déployé par votre établissement. Merci d'orienter toute personne intéressée vers

votre service de restauration pour en bénéficier.



SEILH	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi <i>Menu Américain</i>	Vendredi
Entrée	Céleri rémoulade	Crêpe au fromage	Taboulé oriental	Coleslaw	Salade de pâtes
Plat principal	Colombo de dinde	Roti de porc aveyronnais*	Haché de veau au jus	Nuggets de poulet	Poisson meunière
Légumes Féculents	Boullgur	Choux fleurs	Courgettes béchamel	Frites au four + ketchup	Haricots verts
Produit laitier	Gouda	Fromage fouetté	Fromage blanc sucré	Petit suisse aromatisé	Camembert
Dessert	Flan caramel	Compote pomme banane	Fruit	Brownies	Fruit
Sans viande Sans porc	Filet de poisson	Veggie burger Veggie burger	Galette végétale	Nuggets de blé	

Les familles d'aliments :

*présence de porc



● Viandes, poissons et oeufs ● Légumes & fruits ● Produits céréaliers, féculents et légumes secs ● produits laitiers

Nos salades et plats composés :

Taboulé oriental : Semoule, poivrons rouges et verts, tomates, huile de colza, raisins secs, huile d'olive vierge extra, menthe, jus de citron

Coleslaw : chou blanc, carottes, oignons, sauce coleslaw

Céleri rémoulade : céleri râpés, sauce rémoulade

Salade pâte : pâte, tomate, maïs, vinaigrette.

Nos sauces :

Colombo : bouillon volaille, base roux, épices colombo (curcuma, cumin)



Fabriqué en aveyron



Viande bovine française



Viande porcine française



Volaille française



Circuit court

Pour des raisons d'approvisionnement, CRM se réserve le droit de modifier certaines composantes du menu et vous remercie de votre compréhension. CRM vous informe que la viande bovine est d'origine française conformément au décret du 17/12/2002. Notre viande de porc est certifiée VPF. Conformément à l'Article R412-15 du code de la consommation, la cuisine centrale met à disposition un repas sans les 14 allergènes réglementaires qui s'intègre dans le dispositif déployé par votre établissement. Merci d'orienter toute personne intéressée vers votre

service de restauration pour en bénéficier.

La semaine des saveurs

SEILH	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Entrée	Roulé au fromage	Carottes râpées à l'orange	Salade de riz	Saucisson à l'ail*	Perles aux légumes
Plat principal	Sauté de porc à la forestière	Aiguillette de poulet au jus	Boulette de mouton au jus	Sauté de poulet mariné au miel et aux abricots	Dos de colin sauce agrumes
Légumes Féculents	Salsifis	Purée de patate douce	Tajine légumes	Riz	Carottes au cumin
Produit laitier	Fromage ail et fines herbes	Petit suisse sucré	Edam	Petit moulé aux noix	Yaourt aromatisé
Dessert	Compote pomme ananas	Fruit	Mousse au chocolat noir	Fruit	Clafoutis aux fruits rouges
Sans viande Sans porc	Filet de poisson Filet de poisson	Galette végétale	Omelette	Œuf mayonnaise / Filet de poisson Œuf mayonnaise	

Les familles d'aliments :

*présence de porc

- Viandes, poissons et oeufs
- Légumes & fruits
- Produits céréaliers, féculents et légumes secs
- produits laitiers



Nos salades et plats composés :

Perles aux légumes : pâte perle, tomate, maïs, petits pois, poivron, sauce vinaigrette, ail, persil, échalotte.

Salade de riz : maïs, tomate, vinaigrette

Tajine de légumes : carottes, courgettes et aubergines, oignons, poivrons rouges et jaunes, abricots secs, pois chiches, raisins secs

Nos sauces :

Sauce forestière : base roux, fond brun, oignon, carotte, bouillon bœuf, ail, persil, champignons

Sauce agrumes : fumet de poisson, crème, base roux, jus de citron, jus d'orange

Marinade miel citron : jus de volaille, base roux, miel, abricot, gingembre, coriandre, curcuma, cumin



Fabriqué en aveyron



Viande bovine française



Viande porcine française



Volaille française



Circuit court



SEILH


Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Entrée	Betteraves	Salade de pâtes	Macédoine	Riz au thon	Salade mélangée
Plat principal	 Goulash de bœuf	Filet de poulet au jus	Jambon grill au jus*	Poisson meunière	Pâtes carbonara*
Légumes Féculents	Semoule	Epinards béchamel	Lentilles	Haricots verts	***
Produit laitier	Tomme blanche	Vache Picon	Fromage blanc vanille	Carré président	Buchette mélangée
Dessert	Compote pomme	Crème vanille	Fruit	Flan chocolat	Fruit
	Veggie burger	Galette végétale	Calamars à la romaine Calamars à la romaine		Pâtes au poisson Pâtes au poisson

Sans viande
Sans porc

Les familles d'aliments :

*présence de porc

● Viandes, poissons et oeufs ● Légumes & fruits ● Produits céréaliers, féculents et légumes secs ● produits laitiers



Nos salades et plats composés :

Salade pâte : pâte, tomate, maïs, vinaigrette.

Riz au thon : riz, thon, olives, vinaigrette

Pâtes carbonara : pâtes, crème, lardons



Fabriqué en aveyron



Viande bovine française



Viande porcine française



Volaille française



Circuit court