



SEILH

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

| ENTRÉE          | Salade de pâtes tomates/feta | Betteraves vinaigrette | Salade de blé printanière   |  |  | Œuf mayonnaise               |
|-----------------|------------------------------|------------------------|-----------------------------|--|--|------------------------------|
| PLAT PRINCIPAL  | Colin sauce thym citron      | Gardiane de bœuf       | Saucisse aveyronnaise*      |  |  | Hachis végétal aux lentilles |
| ACCOMPAGNEMENT  | Trio de légumes              | Riz                    | Haricots beurre méridionaux |  |  | ***                          |
| PRODUIT LAITIER | Petit suisse aromatisé       | Camembert à couper     | Yaourt fermier              |  |  | Compote pomme banane         |
| DESSERT         | Fruit                        | Flan vanille           | Fruit                       |  |  | Gaufre liégeoise             |

Sans viande

\*\*\*

Boulette végétale à la tomate

Pané sarrasin lentilles

\*\*\*

Sans porc

Pané sarrasin lentilles

### Les familles d'aliments :

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

- Appellation d'origine protégée
- Fabriqué en Aveyron
- Viande bovine française
- Viande porcine française
- Volaille française
- Certification environnementale niveau 2
- Fabriqué dans le Tarn
- Bleu Blanc Cœur

### Compositions

**Salade de pâtes tomate feta :** pâtes, tomate, feta, vinaigrette, herbes de provence  
**Salade de blé printanière :** blé, mélange macédoine, mayonnaise, vinaigrette, ail, persil  
**Sauce thym citron :** roux blanc, jus de citron, thym, fumet de poisson, crème, ail, oignon  
**Sauce gardiane :** Roux blanc, vin rouge, oignons, herbe de provence, carottes, laurier, bouillon de boeuf, sel, poivre  
**Hachis végétal aux lentilles :** purée de pomme de terre, lentilles, tomate concentré, oignons  
**Pané sarrasin lentilles :** Sarrasin, lentilles, poireaux, oignons, emmental, chapelure, graine de lin et de potiron, millet

- Présence de porc \*
- Œuf de France
- Label rouge
- Pêche responsable
- Agriculture biologique
- Haute valeur environnementale
- Dessert maison

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. Conformément à l'obligation d'informer le consommateur sur la Provenance des viandes de volailles, de porcs et d'ovins (en sus de l'origine des viandes bovines) à compter du 1<sup>er</sup> mars 2022, toutes nos viandes crues sont d'origine française. 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          | LUNDI                           | MARDI                  | MERCREDI                    | JEUDI | VENDREDI              |
|-----------------|---------------------------------|------------------------|-----------------------------|-------|-----------------------|
| ENTRÉE          | Carottes râpées                 | Salade de riz arlequin | Crêpe au jambon*            |       | Concombre vinaigrette |
| PLAT PRINCIPAL  | Sauté de dinde sauce forestière | Farçous aveyronnais    | Nuggets de poisson + citron |       | Sauce bolognaise      |
| ACCOMPAGNEMENT  | Pommes sautées                  | Purée de carottes      | Choux fleurs béchamel       |       | Pennes                |
| PRODUIT LAITIER | Saint Nectaire                  | Yaourt brassé fraise   | Tartare                     |       | Petit suisse sucré    |
| DESSERT         | Fruit                           | Cookie                 | Compote de pomme            |       | Eclair au chocolat    |

Sans viande

Galette pois et blé

\*\*\*

Crêpe au fromage

Sauce bolognaise végétale

Crêpe au fromage

Sans porc

## Les familles d'aliments :

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

- Appellation d'origine protégée
- Fabriqué en Aveyron
- Viande bovine française
- Viande porcine française
- Volaille française
- Certification environnementale niveau 2
- Fabriqué dans le Tarn
- Bleu Blanc Cœur

## Compositions

Salade de riz arlequin : riz, maïs, petits pois, vinaigrette, mayonnaise

Sauce forestière : Roux blanc, crème, persil, bouillon de volaille, champignons, ail, carottes, oignons

Sauce bolognaise: roux blanc, tomate concentré, pulpe de tomate, oignons, herbe de provence, ail, carottes, égréné de boeuf

Farçous aveyronnais : Pain, oeuf, lait, blettes, persil

Galette pois et blé : pois, blé, oignons



Présence de porc \*

Oeuf de France

Label rouge

Pêche responsable

Agriculture biologique

Haute valeur environnementale

Dessert maison

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. Conformément à l'obligation

d'informer le consommateur sur la Provenance des viandes de volailles, de porcs et d'ovins (en sus de l'origine des viandes bovines) à compter du 1<sup>er</sup> mars 2022, toutes nos viandes crues sont d'origine française. 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          | COLESLAW                   | JAMBON SEC*              | SALADE DE PERLES AU SURIMI | SALADE DE TOMATES        | SALADE DE POIS CHICHE À LA PORTUGAISE |
|-----------------|----------------------------|--------------------------|----------------------------|--------------------------|---------------------------------------|
| PLAT PRINCIPAL  | IRISH STEW                 | RÔTI DE DINDE AU JUS     | ESCALOPE VIENNOISE         | COLIN FISH AND CHIPS     | TORTILLA POMME DE TERRE OIGNONS       |
| ACCOMPAGNEMENT  | Boulgour                   | Poêlée printanière       | Ratatouille                | Frites au four + ketchup | Cœur de batavia                       |
| PRODUIT LAITIER | Carré montsurrais à couper | Yaourt sur lit myrtilles | Petit louis                | Petit suisse sucré       | <b>Petit moulé</b>                    |
| DESSERT         | Mousse au chocolat         | Spéculos                 | Fruit                      | Cake maison à la vanille | Fruit                                 |

Sans viande

Hoki sauce provençale

Œuf mayonnaise/ Pizza au fromage

Escalope panée végétale

\*\*\*

\*\*\*

Sans porc

Œuf mayonnaise

## Les familles d'aliments :

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

## Compositions

Coleslaw : carottes, chou blanc, mayonnaise

Salade de perles au surimi : perles, poivrons, surimi, mayonnaise

Salade de pois chiche à la portugaise : pois chiche, thon, olives vertes, persil, vinaigrette

Sauce irlandaise : roux blanc, bouillon de boeuf, bière, oignons, carottes

Sauce provençale : Roux blanc, herbe de provence, tomate concentré, fumet de poisson, ail, oignon, pulpe de tomate

Cake à la vanille : farine, sucre, levure, oeufs, huile de colza, extrait de vanille

- Appellation d'origine protégée
- Fabriqué en Aveyron
- Viande bovine française
- Viande porcine française
- Volaille française
- Certification environnementale niveau 2
- Fabriqué dans le Tarn
- Bleu Blanc Cœur

- Présence de porc \*
- Œuf de France
- Label rouge
- Pêche responsable
- Agriculture biologique
- Haute valeur environnementale
- Dessert maison

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. Conformément à l'obligation d'informer le consommateur sur la provenance des viandes de volailles, de porcs et d'ovins (en sus de l'origine des viandes bovines) à compter du 1<sup>er</sup> mars 2022, toutes nos viandes crues sont d'origine française. 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          | Blé provençal  | Duo de crudités                   | Taboulé                       | Tarte aux légumes                     | Betteraves vinaigrette             |
|-----------------|--|-----------------------------------|-------------------------------|---------------------------------------|------------------------------------|
| PLAT PRINCIPAL  | <br><b>Haut de cuisse rôti<br/>Emincé de poulet maternelle</b> | <br><b>Haché de bœuf au jus</b>   | <br><b>Colin 3 céréales</b>   | <b>Jambon blanc*</b>                  | <b>Riz cantonais</b>               |
| ACCOMPAGNEMENT  | <br><b>Légumes du marché</b>                                   | <b>Pommes rissolées</b>           | <br><b>Brocolis persillés</b> | <br><b>Haricots verts méridionaux</b> | ***                                |
| PRODUIT LAITIER | <br><b>Emmental</b>  | <br><b>Petit suisse aromatisé</b> | <b>Carré président</b>        | <br><b>Cantal</b>                     | <b>Yaourt fermier à la vanille</b> |
| DESSERT         | <b>Pêche au sirop</b>  | <br><b>Fruit</b>                  | <b>Mestro vanille</b>         | <br><b>Compote pomme fraise</b>       | <b>Fruit</b>                       |

Sans viande

Galette quinoa provençale

Hoki sauce citron

\*\*\*

Poisson pané

\*\*\*

Sans porc

Poisson pané

## Les familles d'aliments :

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

Appellation d'origine protégée

Fabriqué en Aveyron

Viande bovine française

Viande porcine française

Volaille française

Certification environnementale niveau 2

Fabriqué dans le Tarn

Bleu Blanc Cœur

## Compositions

Blé provençal : blé, olives noires, poivrons, tomate, vinaigrette

Duo de crudités : carottes râpées, céleri, vinaigrette, persil

Taboulé : semoule, poivrons rouges, poivrons verts, tomates, raisin sec, vinaigrette, menthe, jus de citron

Riz cantonais : Riz, carottes, petits pois, oignons, omelette, épices thaï, sauce soja

Sauce au citron : roux blanc, fumet de poisson, crème, jus de citron, oignons, ail

Présence de porc \*

Œuf de France

Label rouge

Pêche responsable

Agriculture biologique

Haute valeur environnementale

Dessert maison

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. Conformément à l'obligation

d'informer le consommateur sur la Provenance des viandes de volailles, de porcs et d'ovins (en sus de l'origine des viandes bovines) à compter du 1<sup>er</sup> mars 2022, toutes nos viandes crues sont d'origine française. 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          | Salade de haricots verts | Concombre mais vinaigrette | Piémontaise                |  |  |
|-----------------|--------------------------|----------------------------|----------------------------|--|--|
| PLAT PRINCIPAL  | Gnocchi à la provençale  | Rougail saucisse           | Sauté de poulet aux olives |  |  |
| ACCOMPAGNEMENT  | ***                      | Riz                        | Courgettes persillées      |  |  |
| PRODUIT LAITIER | Saint Nectaire           | Petit suisse sucré         | Chanteneige                |  |  |
| DESSERT         | Fruit                    | Gâteau marbré              | Maestro chocolat           |  |  |

Sans viande

\*\*\*

Hoki sauce rougail

Tarte au fromage

Sans porc

## Les familles d'aliments :

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

- Appellation d'origine protégée
- Fabriqué en Aveyron
- Viande bovine française
- Viande porcine française
- Volaille française
- Certification environnementale niveau 2
- Fabriqué dans le Tarn
- Bleu Blanc Cœur

## Compositions

Salade de haricots verts : haricots verts, tomate, maïs, vinaigrette

Piémontaise : pomme de terre, tomates, cornichon, mayonnaise

Gnocchi à la provençale : gnocchi, ratatouille, sauce tomate basilic

Sauce rougail : roux blanc, oignons, pulpe de tomate, tomate concentré, piment, ail

Présence de porc \*

Ouf de France

Label rouge

Pêche responsable

Agriculture biologique

Haute valeur environnementale

Dessert maison

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. Conformément à l'obligation d'informer le consommateur sur la Provenance des viandes de volailles, de porcs et d'ovins (en sus de l'origine des viandes bovines) à compter du 1<sup>er</sup> mars 2022, toutes nos viandes crues sont d'origine française. 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'intègrent dans le dispositif déployé par votre établissement. Merci d'orienter toute personne intéressée vers votre service de restauration pour en bénéficier.