



**VENDREDI**

**MENU RUGBY !**

| SEILH           | LUNDI                      | MARDI                  | MERCREDI             | JEUDI           | VENDREDI  |
|-----------------|----------------------------|------------------------|----------------------|-----------------|---|
| Entrée          | Taboulé                    | Salade de riz          | Melon                | Carottes râpées | Radis   |
| Plat principal  | Pizza au fromage           | Haché de bœuf au jus   | Colin sauce citron   | Jambon blanc*   | Wings de poulet fermier<br>(Emcécé de poulet mater) |
| Accompagnement  | Haricots beurre meridional | Choux fleurs persillés | Blé                  | Torsades        | Chips   |
| Produit laitier | Edam                       | Petit suisse aromatisé | Camembert à couper   | Yaourt sucré    | Petit moulé   |
| Dessert         | Mousse au chocolat         | Fruit                  | Compote pomme banane | Fruit           | Entremet au chocolat                                |

Sans viande

\*\*\*

Croc fromage

\*\*\*

Omelette

Nuggets de blé

Sans porc

Omelette

Les familles d'aliments :

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

**NOS SALADES ET NOS PLATS COMPOSÉS :**

**Taboulé :** semoule, tomates, poivrons, raisins secs, menthe, jus de citron, vinaigrette

**Salade de riz :** riz, maïs, tomate, vinaigrette

**NOS SAUCES :**

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



Présence de porc \*

Oeuf de France

Label rouge

Pêche responsable

Agriculture biologique

Haute valeur environnementale

- Appellation d'origine protégée
- Fabriqué en Aveyron
- Viande bovine française
- Viande porcine française
- Volaille française
- Certification environnementale niveau 2

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 blé          | Betteraves vinaigrette    | Persillade de pomme de terre | Salade de tomates                 | Crêpe au fromage               |
| Plat principal  | Saucisse aveyronnaise* | Blanquette de veau        | Emincé de poulet sauce curry | Palet végétarien à la montagnarde | Calamars à la romaine + citron |
| Accompagnement  | Jardinière de légumes  | Riz                       | Epinards à la crème          | Purée de pomme de terre           | Petit pois/carottes            |
| Produit laitier | Munster à couper       | Yaourt brassé à la fraise | Gouda                        | Petit suisse aromatisé            | Petit louis                    |
| Dessert         | Fruit                  | Palmier                   | Flan vanille                 | Fruit                             | Compote de pomme               |

Sans viande

Tarte au fromage

Hoki sauce beurre blanc

Galette quinoa provençale

\*\*\*

\*\*\*

Sans porc

Tarte au fromage

Les familles d'aliments :

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

**NOS SALADES ET NOS PLATS COMPOSÉS :**

Salade de blé : blé, maïs, tomates, vinaigrette

Persillade de pomme de terre : pomme de terre, persil, vinaigrette

**NOS SAUCES :**

Sauce blanquette : roux blanc, carottes, champignon, bouillon de volaille, crème, ail, oignon

Sauce curry : bouillon de volaille, roux blanc, crème, curry

Sauce beurre blanc : roux blanc, crème, vin blanc, oignon, échalotte

Présence de porc \*

Oeuf de France

Label rouge

Pêche responsable

Agriculture biologique

Haute valeur environnementale



Appellation d'origine protégée



Fabriqué en aveyron



Viande bovine française



Viande porcine française



Volaille française



Certification environnementale niveau 2



SEILH

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI  
MENU NET ZERO

VENDREDI

|                 |  |  |                              |                                  |                                  |
|-----------------|--|--|------------------------------|----------------------------------|----------------------------------|
| Entrée          | <b>Thon mayonnaise</b>                 | <b>Piémontaise</b>                         | <b>Concombre vinaigrette</b> | <b>Melon</b>                     | <b>Salade de haricots rouges</b> |
| Plat principal  | <b>Paupiette de veau à la moutarde</b> | <b>Grignotines de porc sauce barbecue*</b> | <b>Paella au poulet</b>      | <b>Eufs brouillés au fromage</b> | <b>Colin poêlé</b>               |
| Accompagnement  | <b>Haricots verts méridionaux</b>      | <b>Choux fleurs persillés</b>              | ***                          | <b>Coquillette</b>               | <b>Carottes persillées</b>       |
| Produit laitier | <b>Buchette mélangée à couper</b>      | <b>Petit suisse sucré</b>                  | <b>Vache qui rit</b>         | <b>Yaourt à la vanille</b>       | <b>Emmental</b>                  |
| Dessert         | <b>Compote pomme fraise</b>            | <b>Fruit</b>                               | <b>Mousse au chocolat</b>    | <b>Fruit</b>                     | <b>Gâteau basque</b>             |

Sans viande

Colin sauce thym citron

Boulette végétale sauce tomate

Paella au poisson

\*\*\*

\*\*\*

Sans porc

Boulette végétale sauce tomate

*Les familles d'aliments :*

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

**NOS SALADES ET NOS PLATS COMPOSÉS :**

**Piémontaise :** pomme de terre, tomate, cornichon, mayonnaise  
**Salade de haricots rouges :** haricots rouges, maïs, tomates, vinaigrette

**Paella au poulet :** riz, poulet, petits pois, poivrons, cocktail de fruit de mer, épices paella

**NOS SAUCES :**

**Sauce moutarde :** bouillon de veau, roux blanc, crème, moutarde, ail, persil  
**Sauce barbecue :** roux blanc, fond brun, sucre, tomate concentrée, préparation barbecue  
**Sauce thym citron :** roux blanc, fumet de poisson, jus de citron, thym, oignons, crème, ail



Présence de porc \*

Oeuf de France

Label rouge

Pêche responsable

Agriculture biologique

Haute valeur environnementale



Appellation d'origine protégée



Fabriqué en Aveyron



Viande bovine française



Viande porcine française



Volaille française



Certification environnementale niveau 2



| SEILH           | LUNDI             | MARDI  | MERCREDI          | JEUDI                  | VENDREDI                     |
|-----------------|-------------------|--|-------------------|------------------------|------------------------------|
| Entrée          | Carottes râpées   | Salade de pomme de terre méditerranéenne     | Courgettes râpées | Crêpe aux champignons  | Cœur de laitue + croûtons    |
| Plat principal  | Carbonade de bœuf | Haut de cuisse rôti (Emincé de poulet mater) | Jambon blanc*     | Colin sauce Dugléré    | Hachis végétal aux lentilles |
| Accompagnement  | Blé               | Ratatouille                                  | Farfalles         | Epinards béchamel      | ***                          |
| Produit laitier | Carré président   | Yaourt sucré                                 | Tartare           | Petit suisse aromatisé | Cantal                       |
| Dessert         | Fruit             | Twibio au chocolat                           | Maestro chocolat  | Fruit                  | Flan vanille                 |

Sans viande

Gratin de poisson

Palet maraicher

Poisson pané

\*\*\*

\*\*\*

Sans porc

Poisson pané

*Les familles d'aliments :*

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

**NOS SALADES ET NOS PLATS COMPOSÉS :**

Salade de pomme de terre méditerranéenne : pomme de terre, olives, tomates, vinaigrette, herbes de provence

Hachis végétal aux lentilles : lentilles, purée de pomme de terre, sauce tomate

**NOS SAUCES :**

Sauce carbonade : roux blanc, bouillon de boeuf, bière, pain d'épices

Sauce dugléré : roux blanc, fumet de poisson, vin blanc, échalotte, pulpe de tomate, concentré de tomate

Gratin de poisson : colin, moules, sauce curry

Présence de porc \*

Oeuf de France

Label rouge

Pêche responsable

Agriculture biologique

Haute valeur environnementale



Appellation d'origine protégée



Fabriqué en Aveyron



Viande bovine française



Viande porcine française



Volaille française



Certification environnementale niveau 2



| SEILH           | LUNDI                     | MARDI                        | MERCREDI   | JEUDI                            | VENDREDI                     |
|-----------------|---------------------------|------------------------------|--|----------------------------------|------------------------------|
| Entrée          | Blé provençal             | Betteraves vinaigrette       | Mortadelle*                                      | Cœur de scarole                  | Persillade de pomme de terre |
| Plat principal  | Haché de bœuf au jus      | Aiguillette de poulet au jus | Wings de poulet fermier (Emincé de poulet mater) | Gratin de tortis à la provençale | Hoki sauce échalotte         |
| Accompagnement  | Haricots beurre persillés | Lentilles cuisinées          | Choux fleurs béchamel                            | ***                              | Jardinière de légumes        |
| Produit laitier | Petit suisse sucré        | Edam                         | Yaourt brassé à la fraise                        | Livarot à couper                 | Petit moulé                  |
| Dessert         | Fruit                     | Flan chocolat                | Fruit  | Fouace aveyronnaise              | Compote de pomme             |

Sans viande

Pizza au fromage

Croc fromage

Surimi mayonnaise/ Poisson meunière

\*\*\*

\*\*\*

Sans porc

Surimi mayonnaise

Les familles d'aliments :

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

**NOS SALADES ET NOS PLATS COMPOSÉS :**

**Blé provençal :** blé, poivrons, olives, vinaigrette

**Persillade de pomme de terre :** pomme de terre, persil, vinaigrette

**Gratin de tortis à la provençale :** tortis, ratatouille, emmental

**NOS SAUCES :**

**Sauce échalotte :** roux blanc, fumet de poisson, vin blanc, échalotte, crème

Présence de porc \*

Oeuf de France

Label rouge

Pêche responsable

Agriculture biologique

Haute valeur environnementale

- Appellation d'origine protégée
- Fabriqué en aveyron
- Viande bovine française
- Viande porcine française
- Volaille française
- Certification environnementale niveau 2

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 pâtes arlequin | Carottes râpées        | Salade de pois chiche à la portugaise | Chou blanc vinaigrette         | Crêpe au fromage  |
| Plat principal  | Cordon bleu              | Sauté de veau marengo  | Boulette d'agneau sauce tomate        | Colin poêlé                    | Galette végétale  |
| Accompagnement  | Brocolis persillés       | Riz                    | Haricots plats persillés              | Duo de pomme de terre/carottes | Epinards béchamel |
| Produit laitier | Yaourt aromatisé         | Vache qui rit          | Petit suisse nature + sucre           | Petit louis                    | Saint Nectaire    |
| Dessert         | Fruit                    | Compote pomme abricots | Palmier                               | Fruit                          | Maestro chocolat  |

Sans viande

Escalope panée végétale

Hoki sauce citron

Boulette végétale sauce tomate

\*\*\*

\*\*\*

Sans porc

Les familles d'aliments :

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

**NOS SALADES ET NOS PLATS COMPOSÉS :**

Salade de pâtes arlequin : pâtes, maïs, petits pois, vinaigrette

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

**NOS SAUCES :**

Sauce marengo : roux blanc, vin blanc, tomate concentrée, fond brun, oignon, carottes, pulpe de tomate, herbes de provence

Sauce tomate : roux blanc, pulpe de tomate, concentré de tomate, oignons, herbes de provence

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

Présence de porc \*

Oeuf de France

Label rouge

Pêche responsable

Agriculture biologique

Haute valeur environnementale



Appellation d'origine protégée



Fabriqué en aveyron



Viande bovine française



Viande porcine française



Volaille française



Certification environnementale niveau 2

SEILH

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

| Entrée          | Concombre maïs vinaigrette | Salade de riz          | Tomate mozzarella   | Coleslaw                   | Salade de blé thon avocat                           |
|-----------------|----------------------------|------------------------|---------------------|----------------------------|---|
| Plat principal  | Chakalaka                  | Barbecue snags*        | Lasagnes bolognaise | Colin façon fish and chips | Haut de cuisse chimichurri (Emincé de poulet mater) |
| Accompagnement  | Semoule                    | Purée de patate douce  | ***                 | Frites au four             | Courgettes sauce salsa                              |
| Produit laitier | Cantal                     | Petit suisse aromatisé | Yaourt sucré        | Crème anglaise             | Chanteneige   |
| Dessert         | Mousse au chocolat         | Fruit                  | Fruit               | Crumble aux pommes         | Ananas au sirop                                     |

Sans viande

\*\*\*

Saucisse végétale

Lasagne chèvre épinards

\*\*\*

Galette quinoa provençale

Sans porc

Saucisse végétale

Les familles d'aliments :

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

**NOS SALADES ET NOS PLATS COMPOSÉS :**

Salade de riz : riz, maïs, tomate, vinaigrette

Salade de blé thon avocat : blé, thon, avocat, vinaigrette

Chakalaka : haricots blancs, pois chiches, tomate, oignons, poivrons

Barbecue snags = chipolatas grillées

**NOS SAUCES :**

Sauce chimichurri : bouillon de volaille, oignons, épices chimichurri (origan, piment, persil, coriandre)

Sauce salsa : roux blanc, oignon, poivrons, tomate concentrée, pulpe de tomate, épice mexicaine, paprika, piment



Présence de porc \*

Oeuf de France

Label rouge

Pêche responsable

Agriculture biologique

Haute valeur environnementale



Appellation d'origine protégée



Fabriqué en Aveyron



Viande bovine française



Viande porcine française



Volaille française



Certification environnementale niveau 2