



# MAIRIE DE CABANAC & VILLAGRAINS

## Portage

Menus du 1er au 26 septembre 2025



	Du 1 au 5 septembre	qualité	Du 8 au 12 septembre	qualité	Du 15 au 19 septembre	qualité	Du 22 au 26 septembre	qualité
LUNDI	<p><u>Apéritif de la rentrée</u></p> <p>Pastèque Pâtes Penne Sauce carbonara Mimolette Mousse au chocolat</p> <p><i>C'est la RENTRÉE !</i></p>		<p></p> <p>Betteraves aux pommes Quiche aux légumes Salade verte Saint Paulin Yaourt à la vanille</p>		<p></p> <p>Tomates aux échalotes Mijoté de dinde à l'Indienne Purée "orange" Brie Fromage blanc</p>		<p></p> <p>Petite salade d'automne Porc Goulasch Duo carottes &amp; pois Petit-suisse Tarte aux pommes</p>	
MARDI	<p>Concombres à l'aneth Poulet mariné thym-citron Haricots-verts persillés Camembert Moelleux aux raisins</p>		<p></p> <p>Salade de pommes de terre Sauté de boeuf à la Normande Carottes rôties Emmental Fruit frais de saison</p>		<p></p> <p>Rémoulade de courgettes Cari de légumineuses Boulghour Gouda Fruit frais de saison</p>		<p></p> <p>Iceberg maïs-croûtons Blanquette de poisson Riz pilaf  Fruit frais de saison</p>	
MERCREDI	<p>Taboulé à la menthe Poisson du jour au lait de coco Courgettes sautées Plateau de fromages Fruit frais de saison</p>		<p></p> <p>Melon Porc au caramel Riz basmati Plateau de fromages Crumble aux prunes</p>		<p></p> <p>Pastèque Pizza du chef Salade verte Plateau de fromages Poire caramélisée au miel</p>		<p></p> <p>Toast chèvre-miel Poulet rôti Légumes du marché Plateau de fromages Yaourt nature sucré</p>	
JEUDI	<p></p> <p>Tomates au basilic Rôti de bœuf Frites  Saint Nectaire Fromage blanc</p>		<p></p> <p>Batavia-graines de courges Filet de colin au citron vert Légumes grillés Yaourt nature Pâtisserie du chef</p>		<p></p> <p>Salade fromagère Bœuf au pain d'épices Haricots-plat Mimolette Crêpe à la confiture</p>		<p></p> <p><i>Menu des enfants</i></p>	
VENDREDI	<p></p> <p>Iceberg mimosa Couscous aux pois-chiches Semoule Petit-suisse Fruits frais de saison</p>		<p></p> <p>Pastèque Gnocchis Sauce Andalouse Coulommiers Fruit frais de saison</p>		<p></p> <p>Carottes râpées au sésame Poisson du jour au pesto Pommes vapeur  Tome Fruit frais de saison</p>		<p></p> <p>Lentilles à la Grecque Omelette Espagnole Salade mélée Emmental Salade de fruits</p>	

Toutes nos viandes sont fraîches et d'origine "France"  
Le poisson du jour: poisson frais

Menus validés par Maylis BELANGE - Diététicienne -

Origine des produits:

Bleu Blanc Cœur

BIO

FAIT MAISON

LABEL ROUGE

FRAIS

HAUTE VALEUR ENVIRONNEMENTALE

IGP

AOP

MSC

VG

## ALLERGENES

SEMAINE 1

	MENU	CÉRÉALES GLUTEN	CRUSTACES	ŒUF	POISSONS	ARACHIDES CACAHUETTE	SOJA	LARVAGE TOUSE PISTACHE NOIX DE CAJOU PEAN	CÉRÉALIÈRE CÉRÉALIÈRE	MOUTARDE	GRANIE E SESAME	ANHYDRIDE ET SULFITES	LUPIN	MOLLUSQUES
LUNDI	Pastèque Pâtes Penne Sauce carbonara Mimolette Glace	X		X				X X X						
MARDI	Concombres à l'aneth Poulet mariné thym-citron Haricots-verts persillés Camembert Moelleux aux raisins			X				X X		X				
MERCREDI	Taboulé à la menthe Poisson du jour au lait de coco Courgettes sautées Plateau de fromages Fruit frais de saison	X			X					X				
JEUDI	Tomates au basilic Rôti de bœuf Pommes noisette Saint Nectaire Fromage blanc	X		X				X X X		X				
VENDREDI	Iceberg mimosa Couscous aux pois-chiches Sémoule Petit-suisse Fruits frais de saison	X		X				X		X				

## ALLERGENES

SEMAINE 2

	MENU	CÉRÉALES GLUTEN	CRUSTACES	ŒUF	POISSONS	ARACHIDES CACAHUETTE	SOJA	LAIT/JACOUE PISTACHE/NOIX DE CAJOU PEAN	CÉRÉALIENNE	MOUTARDE	GRANIE E SESAME	ANHYDRIDE ET SULFITES	LUPIN	MOLLUSQUES
LUNDI	Betteraves aux pommes Quiche aux légumes Salade verte Saint Paulin Yaourt à la vanille	X		X				X X X		X X				
MARDI	Salade de pommes de terre Sauté de boeuf à la Normande Carottes rôties Emmental Fruit frais de saison			X				X		X				
MERCREDI	Melon Porc au caramel Riz basmati Plateau de fromages Crumble aux prunes	X					X	X			X			
JEUDI	Batavia-graines de courges Poisson du jour aux poivrons Sémoule Coulommiers Gâteau du chef	X			X			X X X		X				
VENDREDI	Pastèque Gnocchis Sauce Andalouse Coulommiers Fruit frais de saison	X		X				X						

## ALLERGENES

SEMAINE 3

	MENU	CÉRÉALES GLUTEN	CRUSTACES	ŒUF	POISSONS	ARACHIDES CACAHUETTE	SOJA	LAIT/JACOUE PISTACHE/NOIX DE CAJOU PEAN	CÉRÉALIENNE	MOUTARDE	GRANIE E SESAME	ANHYDRIDE ET SULFITES	LUPIN	MOLLUSQUES
LUNDI	Tomates aux échalotes Mijoté de dinde à l'Indienne Purée "orange" Brie Fromage blanc						X X X			X				
MARDI	Rémoulade de courgettes Cari de légumineuses Boulgour Gouda Fruit frais de saison	X		X				X		X				
MERCREDI	Pastèque Pizza du chef Salade verte Plateau de fromages Poire caramélisée au miel	X					X X			X				
JEUDI	Salade fromagère Bœuf au pain d'épices Haricots-plat Mimolette Crêpe à la confiture	X					X X			X				
VENDREDI	Carottes râpées au sésame Poisson du jour au pesto Pommes vapeur Tome Fruit frais de saison				X		X X			X	X			

## ALLERGENES

SEMAINE 4

	MENU	CÉRÉALES GLUTEN	CRUSTACES	ŒUF	POISSONS	ARACHIDES CACAHUETTE	SOJA	LAITAGENS PISTACHE NOIX DE CAJOU PEAN	CÉRÉALIÈRE CÉRAMIQUE	MOUTARDE	GRANIE E SESAME	ANHYDRIDE ET SULFITES	LUPIN	MOLLUSQUES
LUNDI	Petite salade d'automne Porc Goulasch Duo carottes & pois Petit-suisse Tarte aux pommes	X		X				X		X				
MARDI	Iceberg maïs-croûtons Blanquette de poisson Riz pilaf Cantal Fruit frais de saison	X			X			X		X				
MERCREDI	Toast chèvre-miel Poulet rôti Légumes du marché Plateau de fromages Yaourt nature sucré	X						X						
JEUDI	MENU DES ENFANTS													
VENDREDI	Lentilles à la Grecque Tortellinis ricotta-épinards Sauce tomate Emmental Salade de fruits	X						X X X		X				