

Au menu - Déjeuner

LUNDI
04
Jan

Soupe aux vermicelles

Poulet Bio à la basquaise
Riz Bio

Bouलगour pilaf
bouलगour Bio

Fruit

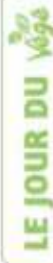
MARDI
05
Jan

Palette de porc sauce diable

Haricots verts Bio
Riz Bio


Fromage blanc Bio
Riz Bio

Galette des rois frangipane

LE JOUR DU  Végé

MERCREDI
06
Jan

Friand au fromage

Omelette nature


Choux-fleurs en gratin

Yaourt nature sucré

JEUDI
07
Jan

Carottes Bio râpées
Riz Bio

Sauté de bœuf Bio mironfon
Riz Bio

Poêlée du jardin

Tomme blanche

VENDREDI
08
Jan

Saucisson à l'ail

Colin sauce bouillabaisse


Riz Bio pilaf

Edam Bio
Riz Bio

 Végé
Nouveauté

Ce menu est cuisiné par
le chef
et son équipe



MAIRIE DE CAPVERN

Au menu - Déjeuner

LUNDI
11
Jan

Celeri remoulade bio
Riz Bio

Macaroni au
cheddar et jambon

Compote de pommes Bio

MARDI
12
Jan

Potage de légumes Bio
Riz Bio

Boulettes de
bœuf sauce tomate

Pommes vapeur

Yaourt nature sucré bio
Riz Bio

MERCREDI
13
Jan

Duo de choux blanc et rouge

Escalope de volaille grillée

Carottes Bio
infusion colombo
Riz Bio

Mimolette

JEUDI
14
Jan

Riz à la mexicaine
tomate, haricot rouge, ail, riz, pavillon

Yaourt vanille bio
Riz Bio

Corbeille de fruits Bio
Riz Bio


VENDREDI
15
Jan

Carottes râpées
Bio et mimolette

Stick de poisson pané

Epinards à la béchamel

Riz au lait nappé caramel

LE JOUR DU  Végé

 Végétarien  Pêche responsable



Ce menu est cuisiné par
le chef
et son équipe

MAIRIE DE CAPVERN

Au menu - Déjeuner

LUNDI
18
Jan

Potage de légumes mijotés

Cordon bleu

Purée de pommes de terre

Camembert bio

MARDI
19
Jan

Endives aux pommes et noix

Rôti de porc au curry

Julienne de légumes

Cake aux pommes

MERCREDI
20
Jan

Salade club

feuille de chèvre, échalote, emmental, tomate

Steak haché

Pommes de terre sautées

Fromage blanc Bio

JEUDI
21
Jan

Riz à l'andalouse

/riz, légumes andalouses



Riz Bio pilaf

Yaourt nature sucré bio

PIAT BIO

Corbeille de fruits Bio

PIAT BIO

VENDREDI
22
Jan

Celeri remoulade bio

PIAT BIO

Emincé de dinde
sauce suprême

Coquillettes Bio

PIAT BIO

Mousse chocolat au lait



Ce menu est cuisiné par
le chef
et son équipe




MAIRIE DE CAPVERN

Au menu - Déjeuner

LE JOUR DU Végé

LUNDI | 25 Jan

Friand au fromage

Couscous végétarien 

Semoule Bio 

Yaourt sucré bio

MARDI | 26 Jan

Potage au potiron

Rôti de dinde au jus

Carottes Bio à la crème

Saint-Paulin Bio 

MERCREDI | 27 Jan

Endives aux pommes et noix

Echine de porc demi-sel

Lentilles

Brie

JEUDI | 28 Jan

Bouillon de légumes aux vermicelles

Sauté de bœuf au bouillon de légumes Bio 

Riz Bio pilaf

Yaourt vanille Bio 

VENDREDI | 29 Jan

Chou rouge vinaigrette Bio 

Filet de colin meunière et citron

Crème de potiron

Cake à l'orange 

 Végétarien  Spécialité du chef

Ce menu est cuisiné par le chef et son équipe



MAIRIE DE CAPVERN

Au menu - Déjeuner

LUNDI
01
Fev

Potage de légumes Bio
Pis/Bio

Nuggets de volaille

Riz au maïs

Fromage blanc Bio
Pis/Bio



MARDI
02
Fev

Carottes râpées Bio
vinaigrette du terroir
Pis/Bio

Rôti de bœuf

Poêlée du jardin

Crêpe au sucre

MERCREDI
03
Fev

Galopin de veau grillé

Choux-fleurs Local persillés

Fromage frais nature sucré

Corbeille de fruits Bio
Pis/Bio

LE JOUR DU Végé

JEUDI
04
Fev

Chou rouge vinaigrette Bio
Pis/Bio

Omelette au fromage

Epinards à la béchamel

Flan au chocolat

VENDREDI
05
Fev

Moules gratinées

Spaghetti Bio
Pis/Bio

Emmental français

Corbeille de fruits Bio
Pis/Bio



Ce menu est cuisiné par
le chef
et son équipe



MAIRIE DE CAPVERN

Au menu - Déjeuner

LUNDI
08
Fev

Potage au potiron

Rôti de porc sauce moutarde

Carottes à la ciboulette

Yaourt à la banane Yeo Bio
Pis/Bio

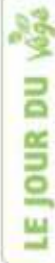
MARDI
09
Fev

Sauté de bœuf Bio
Pis/Bio

Courgettes et Penne

Edam Bio
Pis/Bio

Fruit

LE JOUR DU  Végé

MERCREDI
10
Fev

Boulgour tandoori
boulgour, mélange anchoori

Boulgour pilaf
boulgour Bio

Saint-Paulin

Compote de pommes Bio

JEUDI
11
Fev

Iceberg à la vinaigrette
d'agrumes


Haut de cuisse
de poulet Bio rôti
Pis/Bio

Semoule Bio
Pis/Bio

Flan à la vanille

VENDREDI
12
Fev

Bouillon de volaille
aux vermicelles

Stick de poisson pané


Riz Bio pilaf

Fromage blanc

 Végé
Végétarien  Pêche
responsable

Ce menu est cuisiné par
le chef
et son équipe



MAIRIE DE CAPVERN

elior 

Au menu - Déjeuner



LUNDI
15
Fev

Carottes Bio râpées
PIA/BIO

Poulet tandoori

Haricots verts bio

Beignets aux pommes

MARDI
16
Fev

Friand au fromage

Boulettes de
bœuf Bio au curry
PIA/BIO

Choux-fleurs béchamel
crème fleurs en conversion bio

Fruit

MERCREDI
17
Fev

Celeri remoulade bio
PIA/BIO

Filet de colin
meunière et citron

Ratatouille

Yaourt nature sucré

LE JOUR DU VÉGÉ

JEUDI
18
Fev

Crème aux champignons

Macaronis veg
haricots paprika coco

Fromage blanc

Fromage blanc Bio
PIA/BIO

VENDREDI
19
Fev

Duo de choux blanc et rouge

Blanquette de volaille

Riz Bio pilaf

Flan nappé au caramel

MAIRIE DE CAPVERN



Ce menu est cuisiné par
le chef
et son équipe

Au menu - Déjeuner

LUNDI
22
Fev

Potage carottes et chou vert

Nuggets de volaille

Epinards à la béchamel

Corbeille de fruits Bio
Par Bio


MARDI
23
Fev

Carottes râpées Bio
vinaigrette du terroir
Par Bio

Steak haché
sauce barbecue

Petits pois

Gâteau citron amande

LE JOUR DU  Végé

MERCREDI
24
Fev

Potage de légumes
légumes pour potage, pommes de terre

Riz à la mexicaine
tomate, haricot rouge, ail, riz, pavillon

Gouda

JEUDI
25
Fev

Hachis VBF RAV Parmentier
BIO

Salade verte Bio
Par Bio

Filan les 2 vaches
Par Bio

VENDREDI
26
Fev

Filet de colin
sauce tomate vanillée

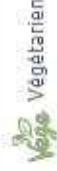
Semoule Bio
Par Bio

Fromage frais aux fruits bio

Corbeille de fruits Bio
Par Bio



Ce menu est cuisiné par
le chef
et son équipe



Pêche
responsable

MAIRIE DE CAPVERN

Au menu - Déjeuner

LUNDI
01 Mar

Bouillon de volaille
aux vermicelles

Jambon bruni savoyard

Haricots verts flageolets Bio

Tomme blanche

MARDI
02 Mar

Endives aux pommes et noix

Sauté de porc

Crème de potiron

Cake à la noix de coco 


MERCREDI
03 Mar

Coleslaw Bio
carotte et chou blanc Bio

Poulet sauce Montboissier

Coquillettes Bio
Par Bio

Yaourt nature sucré

LE JOUR DU  Végé

JEUDI
04 Mar

Salade composée 1/2 œuf

Couscous végétarien 

Edam

VENDREDI
05 Mar

Filet de colin
meunière et citron

Purée de brocolis

Fromage blanc Bio
Par Bio

Corbeille de fruits Bio
Par Bio

 Spécialité
du chef  Végétarien

Ce menu est cuisiné par
le chef
et son équipe



MAIRIE DE CAPVERN

elior 