



MARSSAC -
ONDES

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

EPIPHANIE

VENDREDI

Entrée					
Plat principal		Quiche lorraine*		Salade de riz	Coleslaw
Accompagnement		Wings de poulet fermier		Galette aux légumes	Poisson meunière
Produit laitier		Choux fleurs béchamel		Haricots verts persillés	Purée de butternut
Dessert		Coulommiers à couper		Carré président	Yaourt sucré
		Compote de pomme		Brioche des Rois	Fruit

Sans viande

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 riz : riz, maïs, tomates, vinaigrette

Coleslaw : carottes râpées, chou blanc, mayonnaise, vinaigre

Galette aux légumes : carottes, salsifis, petit pois, oignons, flocons de blé, orge et pomme de terre



* présence de porc

● Œuf de France

● Label rouge

● Pêche responsable

● Haute valeur environnementale

● Agriculture biologique



AOP



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^{er} 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.

Les familles d'aliments :

-

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^{er} 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.

MARSSAC -
ONDES

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

Entrée	Duo de crudités	Salade de pâtes arlequin		Rosette*	Velouté de potiron
Plat principal	 Saucisse aveyronnaise*	 Sauté de poulet au curry		 Battonnet de colin pané	 Raviolis oriental aux lentilles
Accompagnement	Lentilles cuisinées	Trio de légumes		Haricots verts méridional	***
Produit laitier	Cœur de bleu à couper	Yaourt sucré 		Petit suisse aromatisé	Cantal 
Dessert	Compote pomme fraise	Moelleux fourré fraise 		Fruit	Flan chocolat

Sans viande

Pané blé fromage

Hoki sauce citron

Œuf mayonnaise

Sans porc

Pané blé fromage

Œuf mayonnaise

Les familles d'aliments :

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

NOS SALADES ET NOS PLATS COMPOSÉS :

Duo de crudités : carottes râpées, céleri râpé, vinaigrette

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

Velouté de potiron : potiron, carottes, pomme de terre, oignon, crème

NOS SAUCES :

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



AOP



Fabriqué en aveyron



Viande bovine française



Viande porcine française



Volaille française



Certification environnementale niveau 2

* présence de porc



Œuf de France



Label rouge



Pêche responsable



Haute valeur environnementale



Agriculture biologique

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^{er} 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.

MARSSAC - ONDES

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI
CHANDELEUR

VENDREDI

Entrée	Plat principal	Accompagnement	Produit laitier	Dessert
--------	----------------	----------------	-----------------	---------

Sans viande
Sans porc

Les familles d'aliments :

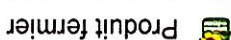
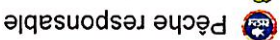
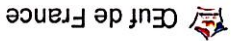
- Viandes, poissons et oeufs
- Légumes & fruits
- Produits céréaliers, féculents et légumes secs
- Produits laitiers

Coeur de scarole Coquillettes* *** Petit suisse sucré Fruit	Salade de blé Colin fish and chips + citron Ratatouille Petit moulé ail et fines herbes Crêpe sucrée		Crêpe au fromage Boeuf aux olives Choux fleurs persillés Carré président Pâté au caramel	Galette aux légumes
---	--	--	--	---------------------

Coquillettes sans viande
Coquillettes sans viande



* présence de porc



AOP
Fabriqué en aveyron
Viande bovine française
Viande porcine française
Volaille française

Certification environnementale niveau 2

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

NOS SAUCES :

Sauce aux olives : roux blanc, concentré de tomate, pulpe de tomate, olives, bouillon de bœuf

Salade de blé : blé, petits pois, maïs, vinaigrette

Coleslaw : carottes râpées, chou blanc, mayonnaise, vinaigre

NOS SALADES ET NOS PLATS COMPOSÉS :

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^{er} 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.

MARSSAC -
ONDES

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

Entrée	Salade de pâtes méditerranéenne	Betteraves vinaigrette		Velouté carotte/patate douce	Taboulé
Plat principal	Rôti de porc aveyronnais*	Blanquette de poulet		Gratin de tortis à la provençale	Poisson meunière
Accompagnement	Courgettes béchamel	Blé		***	Carottes méridionales
Produit laitier	Vache qui rit	Yaourt sucré		Petit suisse aromatisé	Camembert à couper
Dessert	Mousse au chocolat	Fruit		Fruit	Tarte aux poires

Sans viande

Palet végétarien

Colin sauce niçoise

Sans porc

Palet végétarien

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 : pâtes, tomate, olives noire, vinaigrette, herbes de provence

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

Velouté carottes/patatedouce : patate douce, carottes, pomme de terre, crème, oignon

Gratin de tortis à la provençale : pâtes, ratatouille, fromage

NOS SAUCES :

Sauce blanquette : roux blanc, crème, bouillon de volaille, champignons, carottes



AOP



Fabriqué en aveyron



Viande bovine française



Viande porcine française



Volaille française



Certification environnementale niveau 2

* présence de porc



Œuf de France



Label rouge



Pêche responsable



Haute valeur environnementale



Agriculture biologique

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^{er} 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.



MARSAC - ONDES	ENTRÉE	PLAT PRINCIPAL	ACCOMPAGNEMENT	PRODUIT LAITIER	DESSERT	Sans viande	Sans porc
LUNDI	Celeri mayonnaise Gouda Tortellini pomodoro e mozzarella *** Fruit						
MARDI	Salade de riz arlequin Saucisse aveyronnaise* Haricots verts persillés Petit suisse sucré Palmier Pané sarrasin lentilles						
MERCREDI							
JEUDI	Tarte au fromage Calamars à la romaine Trio de légumes Munster à couper Flan vanille						
VENDREDI	Cœur de scarole Louscous (boulette/merguez) Semoule Yaourt vanille Fruit Couscous végétarien						

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 arlequin : riz, maïs, petits pois, vinaigrette

Tortellini pomodoro e mozzarella : mozzarella, ricotta, purée de tomates

Couscous : boulette de boeuf, merguez, légumes (carottes, navets, courgettes, garniture de céleri, poivrons et pois chiches)



AOP
Fabriqué en aveyron
Viande bovine française
Viande porcine française
Volaille française

Certification environnementale niveau 2

* présence de porc
Oeuf de plain air
Label rouge
Pêche responsable
Produit fermier
Agriculture biologique

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 3^{er} 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.