

MARSSAC - ONDES

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

Entrée	Carottes râpées	Salade de pâtes napolitaines 		 Pâté de campagne*	Cœur de batavia
Plat principal	 Cordon bleu	 Bœuf aux olives		Filet de poulet au jus	Sauce bolognaise végétale
Accompagnement	Pommes sautées	Haricots beurre méridionaux 		Epinards béchamel 	Farfalle 
Produit laitier	Carré de l'Est à couper	Yaourt aromatisé		Fromage blanc nature	Petit louis
Dessert	Fruit 	 Cookie 		Confiture	Fruit

Sans viande

Croc fromage

Pizza au fromage

Surimi mayonnaise/Omelette

\*\*\*

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 :

Salade de pâtes napolitaines : maïs, tomate, pâtes

### NOS SALADES ET NOS PLATS COMPOSÉS :

Sauce aux olives : roux blanc, pulpe de tomate, tomate concentrée, olives noires, persil, ail, bouillon de boeuf  
Sauce bolognaise végétale : égréné végétal, carottes, tomate concentrée, oignon, herbes de provence, pulpe de tomate, roux blanc

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

MARSSAC - ONDES

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

Entrée	Betteraves vinaigrette	Taboulé		Salade de pomme de terre méditerranéenne	Velouté de potiron 
Plat principal	Sauté de poulet tandoori	Veggie burger		 Colin 3 céréales	 Lasagne bolognaise
Accompagnement	Riz	Purée de céleri 		Petit pois/carottes	***
Produit laitier	Saint Nectaire 	Petit suisse sucré		Chanteneige	Yaourt sucré
Dessert	Mousse au chocolat	Fruit		Donut	Fruit 

Sans viande

Hoki sauce tandoori

\*\*\*

\*\*\*

Lasagne chèvre épinards

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 :

Taboulé : semoule, tomates, poivrons, raisins secs, menthe, jus de citron, vinaigrette  
Salade de pomme de terre méditerranéenne : pomme de terre, olives, tomates, vinaigrette, herbes de provence  
Velouté de potiron : potiron, pomme de terre, crème, carotte, oignons, poivre, ail

NOS SALADES ET NOS PLATS COMPOSÉS :

Sauce tandoori : roux blanc, bouillon de volaille, tomate concentré, épices tandoori, oignons

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

MARSSAC - ONDES

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

Entrée	Plat principal	Accompagnement	Produit laitier	Dessert
Salade de haricots verts 	<b>Gnocchi à la provençale</b>	***	Yaourt aux fruits mixés	Fruit 
Crêpe au jambon*	 <b>Pilon de poulet rôti</b>	Salsifis persillés	Mimolette	Compote de pomme
Coleslaw	<b>Sauce carbonara*</b>	Coquillette 	Tartare ail et fines herbes	Flan vanille
Salade de blé 	 <b>Gardiane de bœuf</b>	Carottes méridionales	Munster à couper 	Fruit

Sans viande

\*\*\*

Crêpe au fromage/ Veggie burger

Sauce sicilienne

Omelette

Sans porc

Crêpe au fromage

Sauce sicilienne

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 haricots verts : haricots verts, maïs, tomate, vinaigrette

Coleslaw : carottes râpées, chou blanc, vinaigrette

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

Gnocchi à la provençale : gnocchi, ratatouille, sauce tomate

NOS SALADES ET NOS PLATS COMPOSÉS :

Sauce carbonara : roux blanc, lardons, crème, ail

Sauce gardiane : roux blanc, vin rouge, carotte, herbes de provence, laurier, oignons

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

MARSSAC - ONDES

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

Entrée	Piémontaise	Chou blanc vinaigrette		Vélouté de courgette	Salade de pâtes italienne
Plat principal	Palet végétarien	Boulette de bœuf sauce milanaise		Potée auvergnate*	Poisson pané
Accompagnement	Haricots beurre méridionaux	Purée de pomme de terre		***	Ratatouille
Produit laitier	Carré président	Cantal		Fromage blanc nature	Camembert à couper
Dessert	Compote pomme banane	Fruit		Confiture	Flan pâtissier

Sans viande

\*\*\*

Boulette végétale sauce milanaise

Potée aux légumes

\*\*\*

Sans porc

Potée aux légumes

## 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

Vélouté de courgette : courgette, pomme de terre, carottes, oignons, curry, crème

Salade de pâtes italienne : pâtes, tomates, mozzarella, herbes de provence

Potée auvergnate : carottes, chou, pomme de terre, saucisse, bouillon de légumes

### NOS SALADES ET NOS PLATS COMPOSÉS :

Sauce milanaise : roux blanc, tomate concentrée, pulpe de tomate, vin blanc, fond brun, herbes de provence, oignons carotte

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

MARSSAC - ONDES

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Entrée	Taboulé	Carottes râpées		Navet vinaigrette	Œuf mayonnaise 
Plat principal	Aiguillette de poulet au jus	 Colin sauce armoricaine		 Lasagne bolognaise	Tajine de pois chiche
Accompagnement	Epinards béchamel 	Pommes rissolées		***	Semoule
Produit laitier	Pont l'évêque à couper 	Yaourt sucré		Petit moulé aux noix	Petit suisse aromatisé
Dessert	Fruit	 Cookie 		Compote pomme abricots	Fruit 

Sans viande

Tarte aux légumes

\*\*\*

Lasagne au saumon

\*\*\*

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 :

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

Tajine de pois chiche : pois chiche, carottes, courgettes, pruneau, épice couscous, roux blanc, tomate concentrée

NOS SALADES ET NOS PLATS COMPOSÉS :

Sauce armoricaine : roux blanc, fumet de poisson, vin blanc, tomate concentrée, oignons, ail

Présence de porc \*

Œuf 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.



MARSSAC - ONDES

**LUNDI**

**MARDI**

**MERCREDI**

**JEUDI**

**VENDREDI**

Entrée	Meat	Meat	Meat	Meat	Meat
Entrée	<b>Betteraves vinaigrette</b>	<b>Velouté pomme de terre poireaux</b>		<b>Thon mayonnaise</b>	<b>Cœur de laitue</b>
Plat principal	<b>Sauté de porc au jus*</b>	<b>Pizza au fromage</b>		<b>Axa de bœuf</b>	<b>Brandade maison</b>
Accompagnement	<b>Lentilles cuisinées</b>	<b>Haricots beurre persillés</b>		<b>Riz</b>	***
Produit laitier	<b>Mimolette</b>	<b>Yaourt aux fruits mixés</b>		<b>Tartare</b>	<b>Livarot à couper</b>
Dessert	<b>Maestro vanille</b>	<b>Fruit</b>		<b>Fruit</b>	<b>Mousse au chocolat</b>

Sans viande

Palet végétarien

\*\*\*

Axa végétarien

\*\*\*

Sans porc

Palet végétarien

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

NOS SALADES ET NOS PLATS COMPOSÉS :

Velouté pomme de terre poireaux : pomme de terre, poireaux, carottes, crème, ail

Brandade maison : purée de pomme de terre, cube de colin, ail

NOS SALADES ET NOS PLATS COMPOSÉS :

Axa de bœuf : roux blanc, tomate concentrée, pulpe de tomate, laurier, piment, poivrons, herbes de provence, égréné de bœuf

Présence de porc \*

Œuf de France

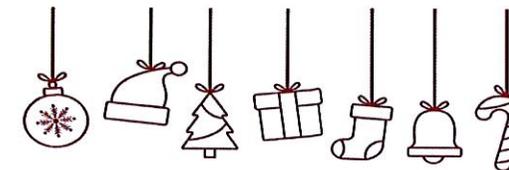
Label rouge

Pêche responsable

Agriculture biologique

Haute valeur environnementale

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.



MARSSAC - ONDES	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI Menu de Noël
Entrée	Macédoine	Persillade de pomme de terre		Coleslaw	
Plat principal	Tortellini pomodoro mozzarella	Nuggets de poulet		Jambon blanc*	
Accompagnement	***	Choux fleurs persillés		Farfalles	
Produit laitier	Petit moulé	Gouda		Coulommiers à couper	
Dessert	Crème chocolat	Compote pomme fraise		Flan caramel	
Sans viande	***	Nuggets de blé		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 :

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

Coleslaw : chou blanc, carottes râpées, vinaigrette

Tortellini pomodoro mozzarella : pâtes, tomate, mozzarella

Présence de porc \*

Œuf 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.