



MARSSAC ONDES

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Entrée	Betteraves (stock tampon)	Persillade de pomme de terre		Salade de pois chiche à la portugaise	Salade grecque
Plat principal	Parmentier aux lentilles	Irish stew		Colin 3 céréales	Rôti de porc aveyronnais sauce au poivre*
Accompagnement	***	Haricots verts méridional		Poêlée courgettes champignons	Riz jaune
Produit laitier	Compote de pomme	Carré président		Petit suisse sucré	Emmental
Dessert	Petit beurre	Fruit		Gaufre liegeoise	Fruit

Sans viande

\*\*\*

Hoki sauce échalotte

\*\*\*

Gratin de poisson

Sans porc

Gratin de poisson

## 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

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

Salade de pois chiche à la portugaise : pois chiche, olive, thon, persil, vinaigrette

Salade grecque : concombre, feta, olive, origan, vinaigrette

Parmentier aux lentilles : Pommes de terre, lentilles, tomates, champignons de Paris, oignons, carottes, épices

## Nos sauces:

Sauce irlandaise ; roux blanc, bouillon de boeuf, biere, carottes, oignons, persil

Sauce au poivre : roux blanc, crème, poivre



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. L'annotation \* signifie que l'origine de la viande est UE

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.



# RESTAURATION SCOLAIRE

Menus du 20 au 24 Mai 2024



VENDREDI

MARSSAC ONDES

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

MENU ANTI-GASPI

Entrée					
Plat principal		Salade de blé printanière		Taboulé	Radis croq'sel
Accompagnement		Saucisse aveyronnaise*		Omelette	Poisson pané + citron
Produit laitier		Choux fleurs persillés		Ratatouille	Purée de pomme de terre
Dessert		Petit louis		Saint Nectaire	Yaourt sucré
		Crème caramel		Compote pomme banane	Fruit

Sans viande

Sans porc

Colin sauce niçoise

Colin sauce niçoise

\*\*\*

\*\*\*

## 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

Salade de blé printanière : blé, carottes, navets, petits pois, haricots verts, flageolets, mayonnaise

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



Présence de porc \*

Oeuf 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. L'annotation \* signifie que l'origine de la viande est UE

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

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Entrée	Tarte aux légumes	Salade asiatique		Concombre vinaigrette	Salade mexicaine
Plat principal	Haut de cuisse rôti <sup>1</sup>	Bœuf BIO stroganov		Gratin de tortis à la provençale	Hoki sauce thym citron
Accompagnement	Haricots beurre méridional	Riz		***	Brocolis persillés
Produit laitier	Yaourt fermier	Edam		Cantal	Fromage blanc nature + sucre
Dessert	Cookie	Maestro vanille		Fouace campagnarde	Fruit

Sans viande

Galette lentilles boulgour

Colin sauce Nantua

\*\*\*

\*\*\*

Sans porc

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
- Fabriqué dans le tarn

### Nos salades et nos plats composés

Salade asiatique : carottes râpées, pousse de soja, jus de citron, vinaigrette, persil  
Salade mexicaine : haricots rouges, maïs, tomate, épice mexicaine, vinaigrette

Gratin de tortis à la provençale : tortis, courgettes, tomate, fromage râpé

### Nos sauces

Sauce stroganov : roux blanc, vin blanc, champignons, paprika, moutarde, bouillon de boeuf  
Sauce thym citron : roux blanc, fumet de poisson, crème, thym, jus de citron

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. L'annotation <sup>1</sup> signifie que l'origine de la viande est UE

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

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Entrée	Céleri mayonnaise	Salade de pâtes méditerranéenne		Œuf mayonnaise	Cœur de laitue
Plat principal	Sauté de porc sauce barbecue*	Colin sauce beurre blanc		Boulette de pois chiche BIO sauce tomate	Cheeseburger <sup>1</sup>
Accompagnement	Pommes rissolées	Jardinière de légumes		Purée de courgettes	Potatoes + ketchup
Produit laitier	Munster à couper	Petit suisse aromatisé		Yaourt sucré	Gouda
Dessert	Compote pomme abricots	Fruit		Fruit	Mousse au chocolat

Sans viande

Croc fromage

\*\*\*

\*\*\*

Fishburger

Sans porc

Croc fromage

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

Salade de pâtes méditerranéenne : pâtes, tomates, olives, herbes de provence

Paella au poulet : riz, petits pois, fruits de mer, poulet, épice à paella

### Nos sauces

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

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

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. L'annotation <sup>1</sup> signifie que l'origine de la viande est UE

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**

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Entrée	Piémontaise	Betteraves ciboulette		Salade de tomates	Blé provençal
Plat principal	Bœuf BIO à la catalane	Thon mayonnaise		Sauce bolognaise	Poisson meunière
Accompagnement	Carottes persillées	Salade de riz		Farfalles	Ratatouille
Produit laitier	Petit moulé aux noix	Yaourt fermier		Yaourt à boire à la fraise	Petit suisse nature BIO + sucre
Dessert	Maestro vanille	Fruit		Beignet à la pomme	Fruit

Sans viande

Pizza au fromage

\*\*\*

Sauce sicilienne

\*\*\*

Sans porc

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
- Fabriqué dans le tarn

### Nos salades et nos plats composés

Piémontaise : mayonnaise, pomme de terre, tomate, ail, persil, cornichon, sauce salade

Blé provençal : blé, tomate, olives, vinaigrette

Salade de riz : riz, tomate, maïs, vinaigrette

### Nos sauces

Sauce Catalane : roux blanc, pulpe de tomate, poivron, oignon, tomate concentrée, bouillon de boeuf

Sauce bolognaise : égréné de boeuf, pulpe de tomate, concentré de tomate, oignon, carottes, herbes de provence, ail, roux blanc



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. L'annotation 1 signifie que l'origine de la viande est UE

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

REPAS FROID

Entrée	Duo de crudités	Salade de pâtes napolitaines		Pâté de campagne*	Melon à couper
Plat principal	Gnocchi sauce tomate basilic	Emincé de poulet fermier BIO sauce basquaise		Colombo de poisson	Jambon blanc**1
Accompagnement	***	Haricots verts persillés		Courgettes méridionales	Salade de pomme de terre
Produit laitier	Yaourt aromatisé	Carré président		Yaourt aux fruits mixés	Mimolette
Dessert	Madeleine	Fruit		Fruit	Crème chocolat

Sans viande

\*\*\*

Galette quinoa provençale

Thon mayonnaise

Tarte aux légumes

Sans porc

Thon mayonnaise

Tarte aux légumes

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 napolitaines : pâtes, tomates, maïs, épices italienne, vinaigrette

Salade de pomme de terre : pomme de terre, tomate, olive, vinaigrette

Présence de porc \*

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

### Nos sauces

Sauce tomate : pulpe de tomate, concentré de tomate, roux blanc, ail, basilic, oignons

Sauce basquaise : roux blanc, vin blanc, poivrons, bouillon de volaille, pulpe de tomate, concentré de tomate, oignons

Sauce colombo : roux blanc, crème, carottes, oignons, épices colombo, bouillon de volaille

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. L'annotation 1 signifie que l'origine de la viande est UE

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

REPAS FROID

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Entrée	Salade de blé	Coleslaw		Melon à couper	Tomates mozzarella
Plat principal	Pizza au fromage	Haut de cuisse rôti <sup>1</sup>		Saucisse grillée*  	Carbonade de bœuf BIO 
Accompagnement	Jardinière de légumes 	Riz crémeux		Salade de pâtes 	Pommes vapeur
Produit laitier	Coulommiers à couper	Petit suisse aromatisé 		Yaourt sucré	Vache qui rit 
Dessert	Flan vanille	Fruit 		Twibio au chocolat 	Fruit

Sans viande

\*\*\*

Hoki sauce Dugléré

Oeuf mayonnaise

Gratin de poisson

Sans porc

Oeuf mayonnaise

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

- Salade de blé : blé, maïs, petits pois, vinaigrette
- Coleslaw : carottes râpées, chou blanc vinaigrette, mayonnaise
- Salade de pâtes : pâtes, maïs, tomate, vinaigrette

### Nos sauces

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

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. L'annotation <sup>1</sup> signifie que l'origine de la viande est UE 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.



# RESTAURATION SCOLAIRE

Menus du 01 au 05 Juillet 2024



MARSSAC ONDES

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

REPAS FROID

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Entrée	Carottes râpées	Rigolos au fromage		Salade de pois chiche à la portugaise	Salade grecque
Plat principal	Boulette tomate basilic à l'orientale	Aiguillette de poulet au jus <sup>1</sup>		Colin sauce citron	Œuf BIO mayonnaise
Accompagnement	Boulgour	Ratatouille		Haricots verts persillés	Salade de riz
Produit laitier	Petit suisse sucré	Edam		Livarot à couper	Compote à boire
Dessert	Fruit	Mousse au chocolat		Fruit	Gaufre liegeoise
	***	Croc fromage		***	***

Sans viande

Sans porc

**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

Salade de pois chiche à la portugaise : pois chiche, olive, thon, persil, vinaigrette

Salade de riz : riz, tomate, maïs, vinaigrette

## Nos sauces

Sauce orientale : roux blanc, tomate concentrée, pulpe de tomate, épices couscous

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

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. L'annotation <sup>1</sup> signifie que l'origine de la viande est UE. 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.