# Le Menu de la Cantine

TERRES DE CUISINE

Ville de Forcalquier

| Lundi 2 Novembre | Mardi 3 Novembre | Jeudi 5 Novembre | Vendredi 6 Novembre |
|---|---|---|---|
| Coleslaw de chou Bio sauce cocktail | | Salade de pommes de terre Bio mayonnaise | Salade verte batavia Bio |
| Raviolis légumineuses épeautre Bio | Saucisse de Francfort | Bâtonnets de colin MSC panés et citron | Wok de dinde Label Rouge et lentilles corail |
| sauce tomate et râpé Bio | *Sans viande et végétarien : Saucisse végétale* | *Végétarien : Bâtonnets de mozzarella panés* | *Sans viande : Merlu MSC sauce curry*<br>*Végétarien : Wok de lentilles corail* |
| / | Mouliné de butternut Bio | Brocolis Bio à la crème | Boulgour Bio |
| | Bûche du Pilat à la coupe | | |
| Ramequin de fromage blanc et sucre | Fruit de saison Bio | Fruit de saison Bio | Notre moelleux aux poires |
| **Lundi 9 Novembre** | **Mardi 10 Novembre** | **Jeudi 12 Novembre** | **Vendredi 13 Novembre** |
| Taboulé Bio | Repas Terroir (local) | Pâté de campagne sans nitrite et cornichon<br>*Sans viande et végétarien : Tranche végétale et cornichon* | |
| Cordon bleu de dinde Bio | Dahl de lentilles | Galopin de veau | Merlu MSC sauce safranée |
| *Sans viande et végétarien : Pané fromager* | / | *Sans viande : Colin MSC sauce tomate*<br>*Végétarien : Emincé végétal sauce tomate basilic* | *Végétarien : Quenelles Bio sauce safranée* |
| Haricots verts Bio | Pâtes pennes Bio semi-complet | Petits pois Bio | Riz IGP Bio |
| | Yaourt aromatisé fraise Fermier Buissonet | | Saint Marcellin IGP à la coupe |
| Fruit de saison Bio | Fruit de saison Bio | Ananas Bio | Crème dessert au chocolat |

**Nos viandes et charcuteries sont 100% françaises et locales***

*pour le bœuf, le veau, le porc (Occitanie / Rhône-Alpes).

*L'ananas, un fruit de saison*



**Bio** : Produit issu de l'agriculture biologique. *Seule la composante précisée est Bio*

**IGP** : Indication Géographique Protégée

**AOP** : Appellation d'Origine Protégée

**Label Rouge** Viande de qualité supérieure

**Menu végétarien**

Aide UE à destination des écoles

- Présence possible de l'ensemble des allergènes dans nos plats
- Des aléas d'approvisionnement peuvent exceptionnellement occasionner des changements sur les produits sélectionnés.

# Le Menu de la Cantine

TERRES DE CUISINE

Ville de Forcalquier

| Lundi 16 Novembre | Mardi 17 Novembre | Jeudi 19 Novembre | Vendredi 20 Novembre |
|---|---|---|---|
| Couscous aux boulettes de bœuf et ses légumes Bio<br>*Sans viande et végétarien : Couscous de pois chiches et ses légumes Bio*<br>Semoule Bio<br>Brie à la coupe<br>Flan caramel | Pizza au fromage<br>Colin MSC meunière et citron<br>*Végétarien : Pané de blé*<br>Choux fleurs Bio béchamel à l'emmental<br>Fruit de saison Bio | Menu Mexico<br>Verre de sirop d'orange<br>Empanadas de dinde Bio et sa sauce brava (tomates, poivrons, paprika)<br>*Empanadas végétarien Bio et sa sauce brava*<br>Potatoes<br>Pont l'évêque AOP à la coupe<br>Ananas au sirop | Végé Salade de tortis Bio au pesto<br>Nuggets de blé<br>/<br>Gratin de butternut Bio<br>Fruit de saison Bio |
| **Lundi 23 Novembre** | **Mardi 24 Novembre** | **Jeudi 26 Novembre** | **Vendredi 27 Novembre** |
| Bolognaise de thon MSC<br>*Végétarien : Bolognaise de lentilles*<br>Tortis et râpé Bio<br>Tomme des chalets Bio à la coupe<br>Fruit de saison Bio | Jambon blanc Label Rouge sans nitrite<br>*Sans viande et végétarien : Tranche végétale*<br>Notre<br>Truffade Bio<br>/<br>Purée de fruits Bio | Tapenade sur toast<br>Tajine de bœuf Bio et pois chiches Bio<br>*Sans viande : Tajine de colin MSC*<br>*Végétarien : Tajine de pois chiches*<br>Carottes Bio sautées<br>Liégeois vanille | Salade verte batavia Bio<br>Chili de haricots rouges Bio<br>Végé /<br>Riz IGP Bio<br>Notre moelleux aux pépites de chocolat |
| **Lundi 30 Novembre** | **Mardi 1er Décembre** | **Jeudi 3 Décembre** | **Vendredi 4 Décembre** |
| Salade de tortis Bio au pesto<br>Paupiette de veau<br>*Sans viande et végétarien : Crêpe au fromage*<br>Mouliné de butternut Bio<br>Fruit de saison Bio | Carottes Bio râpées<br>Poulet rôti Label Rouge<br>*Sans viande : Colin MSC sauce tomate origan*<br>*Végétarien : Pané de blé*<br>Frites four<br>Yaourt aromatisé | Végé Bâtonnets de mozzarella panés<br>/<br>Epinards Bio béchamel<br>Bûche de chèvre Bio à la coupe<br>Notre cake à la fleur d'oranger | Merlu MSC sauce tandoori<br>*Végétarien : Dahl de lentilles*<br>Boulgour Bio<br>Ossau Iraty AOP à la coupe<br>Fruit de saison Bio |

Nos Pâtes sont 95% françaises

Les pâtes Bio sont fabriquées en région Vaucluse et Rhône-Alpes

Le menu plaisir

Rendez-vous sur l'application Terres de Cuisine

Menu Mexico

**Bio** : Produit issu de l'agriculture biologique. *Seule la composante précisée est Bio*

**IGP** : Indication Géographique Protégée

**AOP** : Appellation d'Origine Protégée

**Label Rouge** Viande de qualité supérieure

Végé **Menu végétarien**

Aide UE à destination des écoles

O Présence possible de l'ensemble des allergènes dans nos plats O Des aléas d'approvisionnement peuvent exceptionnellement occasionner des changements sur les produits sélectionnés.