

Menus du restaurant du CEC

Du 02 au 27 NOVEMBRE 2020



	LUNDI 02 NOVEMBRE	MARDI 03 NOVEMBRE	JEUDI 05 NOVEMBRE	VENDREDI 06 NOVEMBRE
REPAS	Pois chiche à l'échalote Filet de poisson aux céréales Carottes ail et persil Saint Moret Fruit de saison	Salade verte Blanquette de veau Pâtes au jus Emmental Purée de fruit	Menu alternatif Tresse à l'emmental Steak végétal au soja et blé * Purée de patate douce Yaourt à la vanille Fruit de saison	Coleslaw Sauté de porc dijonnaise Semoule épicée Edam Purée de pomme mirabelle
	LUNDI 09 NOVEMBRE	MARDI 10 NOVEMBRE	JEUDI 12 NOVEMBRE	VENDREDI 13 NOVEMBRE
REPAS	Radis vinaigrette Rosbif sauce tartare Purée de pomme de terre Saint Nectaire Cubes de poire	GREVE	Salade verte Steak haché Poêlée ratatouille Fromage fondu Gâteau au fromage blanc	Salade de pâtes Brochette de dinde forestière Semoule de chou-fleur Mini roulé ail et fines herbes Fruit de saison
	LUNDI 16 NOVEMBRE	MARDI 17 NOVEMBRE	JEUDI 19 NOVEMBRE	VENDREDI 20 NOVEMBRE
REPAS	Oeuf dur mayonnaise Salade verte Jambon Epinards au fromage Tarte aux pommes	Carottes râpées Boeuf bourguignon Semoule au beurre Crème aux oeufs Fruit de saison	Pizza au fromage Filet de poisson au four (o) Duo de carottes persillées Yaourt à la fraise Fruit de saison	Menu alternatif Radis beurre Parmentier végétal * aux lentilles Tomme noire Purée de pomme fraise
	LUNDI 23 NOVEMBRE	MARDI 24 NOVEMBRE	JEUDI 26 NOVEMBRE	VENDREDI 27 NOVEMBRE
REPAS	Céleri rémoulade Filet de poulet rôti aux herbes Gratin de céréales aux petits légumes Oeufs à la neige Spéculoos	Menu alternatif Betteraves vinaigrette Salade verte Croque Monsieur au fromage Fromage blanc Coulis de fruit	Pois chiche au cumin Boulettes de boeuf à la provençale Galettes de légumes Cantafrais Fruit de saison	Carottes râpées Suprême de poisson meunière Chou-fleur persillé Petit suisse aromatisé Biscuit

Toute modification dans la composition du menu serait due à une rupture d'approvisionnement et/ou aux mouvements sociaux. Les menus peuvent être consultés sur le site Internet de la ville <http://www.istres.fr>
 Conformément à la réglementation en vigueur (décret 2015-447) nous vous informons que chaque plat proposé au menu est susceptible de contenir un ou plusieurs des 14 allergènes majeurs

NOS APPROVISIONNEMENTS:
 ORIGINE FRANCE



Nos poissons issus de la pêche durable : colin, merlu, hoki

(o) Le poisson du jeudi 19 est livré par la poissonnerie « nature et marée » située à Istres

Le pain " LOU PAN D'ICI " fabriqué par la boulangerie "La Cigale" est 100% local et artisanal

*produit alternatif, céréales françaises sans OGM

Produits à faible impact environnemental

100% des produits laitiers

Nos viandes fraîches (boeuf, veau, agneau, taureau, porc, volaille) sont issues de bêtes nées, élevées et abattues en France

Les oeufs et préparations à base d'oeuf (tortilla, omelette, crème aux oeufs)

Nos purées de fruits sans sucre ajouté et compotes

Les confitures, crème de marron sont fabriquées en Corrèze

Les pizzas et entrées salées sont fabriquées à Voreppe près de Grenoble