



5 ELE EGALIM
5 JOURS

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

MENU RUGBY !

Entrée	Taboulé	Salade de riz	Melon	Carottes râpées	Radis
Plat principal	Pizza au fromage	Haché de bœuf au jus	Colin sauce citron	Jambon blanc*	Wings de poulet fermier
Accompagnement	Haricots beurre meridional	Choux fleurs persillés	Blé	Torsades	Chips
Produit laitier	Edam	Petit suisse aromatisé	Camembert à couper	Yaourt sucré	Petit moulé
Dessert	Mousse au chocolat	Fruit	Compote pomme banane	Fruit	Entremet au chocolat

Sans viande

Croc fromage

Omelette

Nuggets de blé

Sans porc

Omelette

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 riz : riz, maïs, tomate, vinaigrette

NOS SAUCES :

Sauce citron : roux blanc, fumet de poisson, jus de citron, oignons, crème, 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^{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.



5 ELE EGALIM
5 JOURS

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

Entrée	Salade de blé	Betteraves vinaigrette	Persillade de pomme de terre	Salade de tomates	Crêpe au fromage
Plat principal	Saucisse aveyronnaise*	Blanquette de veau	Emincé de poulet sauce curry	Palet végétarien à la montagnarde	Calamars à la romaine + citron
Accompagnement	Jardinière de légumes	Riz	Epinards à la crème	Purée de pomme de terre	Petit pois/carottes
Produit laitier	Munster à couper	Yaourt brassé à la fraise	Gouda	Petit suisse aromatisé	Petit louis
Dessert	Fruit	Palmier	Flan vanille	Fruit	Compote de pomme

Sans viande

Tarte au fromage

Hoki sauce beurre blanc

Galette quinoa provençale

Sans porc

Tarte au fromage

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 blé : blé, maïs, tomates, vinaigrette

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

NOS SAUCES :

Sauce blanquette : roux blanc, carottes, champignon, bouillon de volaille, crème, ail, oignon

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

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

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



5 ELE EGALIM
5 JOURS

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI
MENU NET ZERO

VENDREDI

Entrée	Thon mayonnaise	Piémontaise	Concombre vinaigrette	Melon	Salade de haricots rouges
Plat principal	Paupiette de veau à la moutarde	Grignotines de porc sauce barbecue*	Paella au poulet	Eufs brouillés au fromage	Colin poêlé
Accompagnement	Haricots verts méridionaux	Choux fleurs persillés	***	Coquille	Carottes persillées
Produit laitier	Buchette mélangée à couper	Petit suisse sucré	Vache qui rit	Yaourt à la vanille	Emmental
Dessert	Compote pomme fraise	Fruit	Mousse au chocolat	Fruit	Gâteau basque

Sans viande

Colin sauce thym citron

Boulette végétale sauce tomate

Paella au poisson

Sans porc

Boulette végétale sauce tomate

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
Salade de haricots rouges : haricots rouges, maïs, tomates, vinaigrette

Paella au poulet : riz, poulet, petits pois, poivrons, cocktail de fruit de mer, épices paella

NOS SAUCES :

Sauce moutarde : bouillon de veau, roux blanc, crème, moutarde, ail, persil
Sauce barbecue : roux blanc, fond brun, sucre, tomate concentrée, préparation barbecue
Sauce thym citron : roux blanc, fumet de poisson, jus de citron, thym, oignons, crème, ail



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



5 ELE EGALIM
5 JOURS

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

Entrée	Carottes râpées	Salade de pomme de terre méditerranéenne	Courgettes râpées	Crêpe aux champignons	Cœur de laitue
Plat principal	Carbonade de bœuf	Haut de cuisse rôti	Jambon blanc*	Colin sauce Dugléré	Hachis végétal aux lentilles
Accompagnement	Blé	Ratatouille	Farfalles	Epinards béchamel	***
Produit laitier	Carré président	Yaourt sucré	Tartare	Petit suisse aromatisé	Cantal
Dessert	Fruit	Twibio au chocolat	Maestro chocolat	Fruit	Flan vanille

Sans viande

Gratin de poisson

Palet maraicher

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 :

Salade de pomme de terre méditerranéenne : pomme de terre, olives, tomates, vinaigrette, herbes de provence

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

NOS SAUCES :

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

Sauce dugléré : roux blanc, fumet de poisson, vin blanc, échalotte, pulpe de tomate, concentré de tomate

Gratin de poisson : colin, moules, sauce curry

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



5 ELE EGALIM
5 JOURS

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

Entrée	Blé provençal	Betteraves vinaigrette	Mortadelle*	Cœur de scarole	Persillade de pomme de terre
Plat principal	Haché de bœuf au jus	Aiguillette de poulet sauce crème	Wings de poulet fermier	Gratin de tortis à la provençale	Hoki sauce échalotte
Accompagnement	Haricots beurre persillés	Semoule	Choux fleurs béchamel	***	Jardinière de légumes
Produit laitier	Petit suisse sucré	Edam	Yaourt brassé à la fraise	Livarot à couper	Petit moulé
Dessert	Fruit	Flan chocolat	Fruit	Fouace aveyronnaise	Compote de pomme

Sans viande

Pizza au fromage

Croc fromage

Surimi mayonnaise/ Poisson meunière

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 :

Blé provençal : blé, poivrons, olives, vinaigrette

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

Gratin de tortis à la provençale : tortis, ratatouille, emmental

NOS SAUCES :

Sauce échalotte : roux blanc, fumet de poisson, vin blanc, échalotte, crème

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



5 ELE EGALIM
5 JOURS

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

Entrée	Salade de pâtes arlequin	Carottes râpées	Salade de pois chiche à la portugaise	Chou blanc vinaigrette	Crêpe au fromage
Plat principal	Cordon bleu	Sauté de veau marengo	Boulette d'agneau sauce tomate	Colin poêlé	Veggie burger
Accompagnement	Brocolis persillés	Riz	Haricots plats persillés	Duo de pomme de terre/carottes	Epinards béchamel
Produit laitier	Yaourt aromatisé	Vache qui rit	Petit suisse nature + sucre	Petit louis	Saint Nectaire
Dessert	Fruit	Compote pomme abricots	Palmier	Fruit	Maestro chocolat

Sans viande

Escalope panée végétale

Hoki sauce citron

Boulette végétale sauce tomate

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 pâtes arlequin : pâtes, maïs, petits pois, vinaigrette

Salade de pois chiches à la portugaise : pois chiches, thon, olives, persil, vinaigrette

NOS SAUCES :

Sauce marengo : roux blanc, vin blanc, tomate concentrée, fond brun, oignon, carottes, pulpe de tomate, herbes de provence

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

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

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

5 ELE EGALIM
5 JOURS



LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

Entrée	Concombre maïs vinaigrette	Salade de riz	Tomate mozzarella	Coleslaw	Salade de blé thon avocat
Plat principal	Chakalaka	Barbecue snags*	Lasagnes bolognaise	Colin façon fish and chips	Haut de cuisse chimichurri
Accompagnement	Semoule 	Purée de patate douce	***	Frites au four	Courgettes sauce salsa
Produit laitier	Cantal 	Petit suisse aromatisé	Yaourt sucré	Crème anglaise	Chanteneige
Dessert	Mousse au chocolat	Fruit	Fruit	Crumble aux pommes	Ananas au sirop

Sans viande

Saucisse végétale

Lasagne chèvre épinards

Galette quinoa provençale

Sans porc

Saucisse végétale

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, tomate, vinaigrette

Salade de blé thon avocat : blé, thon, avocat, vinaigrette

Chakalaka : haricots blancs, pois chiches, tomate, oignons, poivrons

Barbecue snags = chipolatas grillées

NOS SAUCES :


Sauce chimichurri : bouillon de volaille, oignons, épices chimichurri (origan, piment, persil, coriandre)


Sauce salsa : roux blanc, oignon, poivrons, tomate concentrée, pulpe de tomate, épice mexicaine, paprika, piment




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