

MENU DU 4 AU 8 AOÛT

GORGES DE
L'ARDECHE
L'INTERCO

LUNDI

Choux fleur



Poisson pané



Riz pilaf



Camembert

⑥

Compote

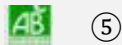
MARDI

Concombres



Rôti de bœuf

Taboulé orientale



Yaourt nature



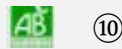
Fruit de saison

MERCREDI

Pastèque



Tortilla



Courgettes persillées



Petit suisse

⑥

Gâteau au yaourt

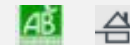
⑤ ⑥ ⑩ ⑬

JEUDI

-

Jambon cuit

Salade de pois chiche



Emmental



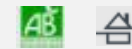
Fruit de saison

VENREDI

Salade verte



Emincé de poulet à la provençale



Pâtes



Tomme



Fruit de saison

Le savez-vous ?

L'équilibre d'un repas ne dépend pas du nombre de plats mais de la présence de toutes les familles d'aliments. Un plat complet comme une salade composée copieuse par exemple peut être très bien équilibrée à condition d'en manger suffisamment.

Conformément à la loi Egalim, nous favorisons un approvisionnement en circuits courts pour les produits de saison, locaux ou issus de l'agriculture biologique.

Nos plats sont susceptibles de contenir des substances ou dérivés pouvant entraîner des allergies ou intolérances. Les menus sont susceptibles d'évoluer.

MENU DU 11 AU 15 AOÛT

GORGES DE
L'ARDECHE
L'INTERCO

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI
Haricots verts en salade  ⑨ ⑭	Salade de pois chiche 	Salade de blé  ⑤ ⑭ ⑨	Salade grecque ⑬ ⑥ ⑨ ⑭	-
Colombo de porc   ⑥	Jambon cuit	Roti de dinde	Salade pomme de terre / thon ⑨ ⑪ ⑭	-
Riz blanc   ⑬	Ratatouille  	Courgettes persillées   ⑥ ⑬	-	-
Petit moulé ⑥	-	Fromage  ⑥	Crème dessert ⑥	-
Fruit de saison 	Riz au lait  ⑥	Éclair chocolat ⑥ ⑩	Fruit de saison	-

Le saviez-vous ?

L'équilibre d'un repas ne dépend pas du nombre de plats mais de la présence de toutes les familles d'aliments. Un plat complet comme une salade composée copieuse par exemple peut être très bien équilibrée à condition d'en manger suffisamment.

Conformément à la loi Egalim, nous favorisons un approvisionnement en circuits courts pour les produits de saison, locaux ou issus de l'agriculture biologique.

Nos plats sont susceptibles de contenir des substances ou dérivés pouvant entraîner des allergies ou intolérances. Les menus sont susceptibles d'évoluer.

MENU DU 18 AU 22 AOÛT

GORGES DE
L'ARDECHE
L'INTERCO

LUNDI

Salade De betteraves



Raviolis bolognaise

⑤

-

-

Compote

MARDI

Tomate en salade



⑨

⑬

Boulette végétale à l'orientale

Riz blanc



⑬

Gouda

⑥

Poire belle Hélène



⑭

⑥

③

MERCREDI

-

Croque monsieur



⑤

⑥

Haricots beurre



⑥

-

Fruit de saison



JEUDI

Salade de pâtes

⑪

⑥

⑤

⑩

Pilon de poulet grillé



②

Pastèque



Petit suisse

⑥

Gâteau au yaourt



⑤

⑥

⑩

VENREDI

Salade de riz



⑪

Bœuf braisé



Gratin de courgettes



⑥

-

Liégeois vanille

⑥

⑬

Le savez-vous ?

Quand il fait chaud, on a envie de manger froid, par exemple des glaces : un batônnnet de 100 ml apporte l'équivalent d'une cuillère à soupe et demi d'huile et 4 morceaux de sucre. C'est gras et sucré. Alors avec modération

Conformément à la loi Egalim, nous favorisons un approvisionnement en circuits courts pour les produits de saison, locaux ou issus de l'agriculture biologique.

Nos plats sont susceptibles de contenir des substances ou dérivés pouvant entraîner des allergies ou intolérances. Les menus sont susceptibles d'évoluer.

MENU DU 25 AU 29 AOÛT

GORGES DE
L'ARDECHE
L'INTERCO

LUNDI

Concombre mimosa

AB 9 10 14

Salade de lentilles

AB 13 9 14

-

Emmental

6

Mousse aux fruits

6

MARDI

Pastèque

AB

Poisson pané plein
filet

11

Purée carotte/pomme
de terre

AB 6

Petit suisse

6

Gâteau à la banane

10 13 6 5

MERCREDI

Salade perle de blé

AB 5 10

Emincé de poulet

AB

Salade de tomates et
olives noires

AB 13 14

Gouda

6

Fruit de saison

JEUDI

Salade de betteraves

AB

Rosbeef

10

Polenta

AB 6

Yaourt nature

AB 6

Fruit de saison

AB

VENREDI

Salade niçoise

AB 9 11 14

Rôti de porc en sauce

AB

6

-

Tomme

6

Fruit de saison

Le saviez-vous ?

Équilibré ou pas le sandwich ? oui, si on y ajoute un fruit et/ ou un légume. La portion de féculents est apportée par le pain.

Conformément à la loi Egalim, nous favorisons un approvisionnement en circuits courts pour les produits de saison, locaux ou issus de l'agriculture biologique.

Nos plats sont susceptibles de contenir des substances ou dérivés pouvant entraîner des allergies ou intolérances. Les menus sont susceptibles d'évoluer.

MENU DU 1 AU 5 SEPTEMBRE

GORGES DE
L'ARDECHE
L'INTERCO

LUNDI

Salade de betteraves



Pâtes à la bolognaise



⑤

-

Fromage

⑥

Compote



MARDI

Melon



Poisson en sauce



⑥

⑪

Purée de carottes



⑥

Kiri

⑥

Clafoutis abricot



⑩

⑥

⑤

MERCREDI

Perle marine



⑤

⑩

⑪

Sauté de veau



Haricots verts et
champignons



-

Yaourt nature



⑥

JEUDI

Tomates



⑥

⑨

⑭

Couscous végétarien



⑤

-

Mozzarella

⑥

Fruit de saison

VENREDI

Carottes râpées



⑥

Poulet Basquaise

Petit Epeautre pilaf



②

Feta

⑥

Fruit de saison



Le saviez-vous ?

Melon : fruit ou légume ? le melon est bien un fruit. Ça n'empêche pas de le manger en entrée. Et si tu manges une portion de melon en entrée tu peux manger un autre fruit en dessert.

MENU DU 8 AU 12 SEPTEMBRE

GORGES DE
L'ARDECHE
L'INTERCO

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI
Choux fleur  	Crêpe au fromage ⑤ ⑥ ⑩	Courgettes râpées  	Salade mexicaine   ⑪	salade verte  
Bœuf braisé 	Poisson pané plein filet   ⑪ ⑥	Blanquette de la mer   ⑥ ⑪	VG Omelette  ⑥ ⑤ ⑩	Lasagne bolognaise   ⑤ ⑥
Riz Pilaf  	haricots verts persillés  	Riz blanc   ⑬	Gratin de blette   ⑤ ⑥	-
Yaourt nature  ⑥	petit suisse  ⑥	Fromage ⑤	-	-
-	Fruit de saison 	Compote	Fruit de saison 	Compote

Le saviez-vous ?

Melon : fruit ou légume ? le melon est bien un fruit. Ça n'empêche pas de le manger en entrée. Et si tu manges une portion de melon en entrée tu peux manger un autre fruit en dessert.