

# MENUS DU JOUR :

Mars 2018

## LES MARMITES DE CATHY



Menus vérifiés et approuvés  
par Tiffany Wolf,  
diététicienne nutritionniste

### Traiteur

|                                  | Du 12 au 16 mars   | Allergènes   | Du 19 au 23 mars   | Allergènes  |
|----------------------------------|--|--|--|---|
| <b>L<br/>U<br/>N<br/>D<br/>I</b> | Macédoine de légumes<br>Poulet Basquaise<br>Pdt vapeur<br>Fromage blanc vanille<br><b>Filet de merlu Basquaise</b>                       | Moutarde et œuf<br><br>Lait<br>Poisson, œuf et lait                                    | Crudités<br>Poisson, sauce au pesto « Verde »<br>Coquillettes<br><b>Le carreau de chocolat</b>   | Moutarde<br>Poisson<br>Blé<br>Lait                        |
| <b>M<br/>A<br/>R<br/>D<br/>I</b> | <b>Soupe de légumes BIO</b><br>Gratin de pâtes au bœuf<br>et courgettes<br>Salade aux fruits rouges<br><b>Gratin de pâtes au thon</b>    | Lait<br>Blé, œuf et lait<br><br>Lait, blé et poisson                                   | Salade de pommes de terre<br>Saucisse grillé et son jus<br>Petit-pois et carotte<br>Tarte aux fruits<br><b>Boulettes végétariennes</b> | Moutarde et œuf<br>Blé<br>Lait, œuf et lait<br>Céréales   |
| <b>M<br/>E<br/>R<br/>C<br/>.</b> | Pizza<br>Omelette nature<br>Légumes en estouffade<br>Fruits au chocolat  | Lait, œuf et blé<br>Œuf<br><br>Lait  | Salade verte sauce avocat<br>Lapin à la tomate<br>Polenta romarin<br>Salade de fruits<br><b>Poisson à la tomate</b>                    | Moutarde<br><br><br>Poisson                               |
| <b>J<br/>E<br/>U<br/>D<br/>I</b> | <b>Crudités BIO</b><br>Noix de joues de porc ou <b>volaille</b><br>mitonnée et riz<br>Flan caramel<br><b>Fruits de mer en cassolette</b> | <i>Moutarde</i><br>Blé<br>Lait et œuf<br>Poisson, crustacés, blé,<br>mollusque et lait | Cèleri rémoulade<br>Steak de poulet marchand de vin<br>Riz<br>Yaourt BIO<br><b>Crevettes et sa sauce</b>                               | <i>Œuf et moutarde</i><br>Blé<br>Lait<br>Blé et crustacés |
| <b>V<br/>E<br/>N<br/>D<br/>.</b> | Salade composée<br>Cordon bleu de dinde<br>Purée de légumes<br>Fruit<br><b>Poisson pané</b>  | <i>Moutarde</i><br>Lait et blé<br>Lait et sulfite<br><br>Poisson, blé et lait          | Soupe aux lentilles<br>Demi-lune au potiron,<br>sauce crème<br>Fruit   | Lait<br><br>Blé et lait                                   |

FR  
57 638 012  
CE