






# Le Menu de la Cantine

Communauté  
des communes  
du Clermontois




Lundi 2 Janvier	Mardi 3 Janvier	Mercredi 4 Janvier	Jeudi 5 Janvier	Vendredi 6 Janvier
	 <p><b>Betteraves Bio</b> Gratin de coquillettes à la mozzarella  Fruit de saison Bio</p>	<p>Salade de lentilles <b>Blanquette de colin MSC</b>  Carottes Bio  Crème dessert vanille</p>	<p>Duo de choux Bio en mayonnaise <b>Steak haché Bio</b> Filet de colin MSC sauce tomate <b>Pommes de terre rissolées Bio</b>  Compote Bio</p>	<p><b>Parmentier au potiron Bio</b>  de merlu MSC Pont l'évêque AOP à la coupe Galette des Rois</p>
Lundi 9 Janvier	Mardi 10 Janvier	Mercredi 11 Janvier	Jeudi 12 Janvier	Vendredi 13 Janvier
<p>Salade de pépinettes Bio  Cordon bleu Bio Nuggets de blé  Haricots verts Bio persillées  Fruit Bio de saison</p>	 <p><b>Notre tortillas Bio de pommes de terre</b>  Epinards Bio moulinés Livarot AOP à la coupe Mousse au chocolat</p>	<p>Salade verte Bio Ragoût de bœuf Mitonné de haricots blancs Blé aux petits légumes  Briolette aux pépites de chocolat</p>	 <p>Bâtonnets de carottes Bio Saucisse de francfort Poisson pané Frites  Pop corn sucré</p>	<p>Filet de merlu MSC sauce safranée  Riz IGP Saint Nectaire AOP Fruit Bio de saison</p>



100% de notre riz est de Camargue Labélisé IGP




## Le menu enchanté




Découvrez le menu sur L'APPLICATION TERRES DE CUISINE



 **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.

Lundi 16 Janvier	Mardi 17 Janvier	Mercredi 18 Janvier	Jeudi 19 Janvier	Vendredi 20 Janvier
<b>Couscous de poulet Label rouge</b> Couscous de pois chiches  <b>et ses légumes Bio</b> <b>Chaource AOP à la coupe</b> Flan caramel	<b>Bâtonnets de colin MSC panés et citron</b>  <b>Purée de panais Bio</b> <b>Pont l'évêque AOP à la coupe</b> <b>Fruit Bio de saison</b>	Crêpe au fromage  Steak haché Omelette  <b>Champignons Bio persillés</b>  <b>Compote Bio</b>	 <b>Endives Bio</b>  Bolognaise de pois  Macaronis  <b>Notre gâteau aux marrons</b>	<b>Jambon blanc Bio</b> Œuf dur mayonnaise  <b>Notre Truffade Bio</b>  <b>Fruit Bio de saison</b>
Lundi 23 Janvier	Mardi 24 Janvier	Mercredi 25 Janvier	Jeudi 26 Janvier	Vendredi 27 Janvier
 <b>Coleslaw de carottes Bio et haricots mungo</b>   <b>Nems de légumes</b>  <b>Riz IGP à la chinoise</b>  Beignet à la pomme	<b>Salade verte Bio</b>  <b>Potée de boeuf aux flageolets Bio</b> Potée de colin aux flageolets  <b>Polenta Bio</b>  Yaourt aux fruits	<b>Sauté de dinde Label Rouge sauce tandoori</b> Omelette Gallettes de légumes <b>Munster AOP à la coupe</b> <b>Fruit Bio de saison</b>	Feuilles d'épinards en salade  Pâtes  à la carbonara Carbonara de saumon Flan chocolat	<b>Filet de colin MSC sauce à l'ail</b>  <b>Choux fleur Bio mornay</b> <b>Saint Nectaire AOP</b> <b>Fruit Bio de saison</b>
Lundi 30 Janvier	Mardi 31 Janvier	Mercredi 1er Février	Jeudi 2 Février	Vendredi 3 Février
Financière de boeuf Quenelles sauce mornay  <b>Carottes Bio</b>   <b>Pont l'évêque AOP à la coupe</b> <b>Compote Bio</b>	 <b>Betteraves Bio</b> <b>Lasagnes Bio</b>  de pois à la tomate   <b>Fruit Bio de saison</b>	<b>Macédoine Bio mayonnaise</b>  <b>Filet de merlu MSC sauce aurore</b>  <b>Riz IGP</b>  Mousse au chocolat	 <b>Carottes Bio râpées</b> <b>Galette Bretonne à garnir</b>  (galette de froment avec jambon Label Rouge et garniture pommes de terre - champignons)  Galette Bretonne végétarienne  <b>Crêpe Bretonne</b>	Braisé de bœuf stroganov Nuggets de blé  <b>Haricots verts Bio</b>   <b>Livarot AOP à la coupe</b>  <b>Fruit Bio de saison</b>


**Nos fruits sont d'Origine France, et locaux en pleine saison**



**Nouvel an chinois**  
 Découvrez le menu sur L'APPLICATION TERRES DE CUISINE
 

**La chandeleur**  
 Découvrez le menu sur L'APPLICATION TERRES DE CUISINE
 