

**La cantine de RISOUL , vous propose en Janvier 2021 les menus suivants**

	semaine 1 du 4/01 au 8/01/21	semaine 2 du 11 au 15/01/21	semaine 3 du 18 au 22/01/21	semaine 4 du 25/01 au 29/01/21
Lundi	Salade de carottes rapées <b>B</b> Rôti de dinde <b>F</b> Ebly/petits légumes <b>FB</b> Yaourt <b>PL</b>	Salade verte <b>B</b> Tartiflette à l'extravache <b>PL</b> Crumble pomme <b>PL</b>	Taboulé <b>FM</b> Poulet au curry <b>F</b> poêlé de légumes <b>F B</b> Fromage/fruit <b>PL</b>	Potage de légumes <b>F</b> Rôti de porc <b>PL</b> Haricot vert <b>B</b> Flan pâtissier <b>F PL</b>
Mardi	Tarte fine aux légumes <b>B</b> Mijoté de boeuf <b>B</b> Haricot vert Crème aux oeufs <b>B</b>	Salade de petit épeautre <b>B</b> Bœuf Carottes <b>PL B</b> Fromage/fruit <b>PL</b>	Avocat vinaigrette <b>F</b> Pennes complètes Carbonara <b>B</b> Compote de fruits <b>FM</b>	Feuilleté Jambon épinard <b>FM</b> Couscous <b>B</b> Boulette de bœuf <b>PL</b> Fromage/ fruit <b>PL</b>
Jeudi	Potage de légumes <b>B</b> Rôti de porc <b>PL</b> Gratin Dauphinois <b>PL</b> Cake aux fruits <b>FM</b>	<b>Végétarien</b> Salade de pois chiches <b>B</b> Lasagne ricotta épinard <b>FM</b> Galette des rois <b>FM</b>	Salade de lentilles <b>B</b> Poisson pané <b>FM</b> courgette rôtie <b>B</b> Yaourt <b>PL</b>	<b>Végétarien</b> Coleslaw <b>FM</b> Chili végétarien <b>FM</b> Tarte de pays <b>FM</b>
Vendredi	<b>Végétarien</b> Salade verte <b>B</b> Spaguetti Bolo végétale <b>B</b> Compote de fruits <b>FM</b>	Cake aux lardons <b>FM</b> Filet de poisson <b>F</b> Choux/ brocolis <b>F</b> Biscuit <b>B</b>	<b>Végétarien</b> Salade de carottes rapées <b>B</b> Parmentier végétarien <b>FM</b> Cookies <b>FM</b>	Salade verte <b>B</b> Esc poulet pané <b>F</b> Cœur de blé <b>B</b> Moelleux aux fruits <b>FM</b>

**LEGENDE : F : Frais, PL : Produits locaux, FM : Fabrication maison, S ou C : Surgelé ou conserves, B : Bio**  
Pour les produits bio, ce sera en fonction de l'arrivage chez le fournisseur