



En Octobre, les légumes et fruits de saison sont

Les radis

Le chou fleur

Le potiron

Nous fêtons :

	LUNDI	MARDI	JEUDI	VENDREDI
Du 01 au 05	Pâté de campagne Galopin de veau Carottes sautées Chantaillou Eclair au chocolat	Salade farandole (scarole, chou blanc, radis, maïs) Jambon blanc Coquillettes Brique de brebis Compote	Concombres et dés de brebis Hachis Parmentier Yaourt fermier aromatisé	Taboulé Poisson pané et citron Courgettes sautées Gouda Fruit de saison
Du 08 au 12	 Carottes râpées au citron Sauté de porc aux oignons *En rana d'oignons Purée de patates douces *En avoir aros sur la patate Yaourt sucré Fruit de saison	 « LES EXPRESSIONS CULINAIRES » Salade de lentilles et blé Œufs brouillés *Marcher sur des œufs Ratatouille Tartare Crêpe au sucrée *Aplatir comme une crêpe	Quiche à la moutarde à l'ancienne (à la tomate) *La moutarde me monte au nez Bœuf au romarin Beignets de chou fleur *Faire chou blanc Petit moulé ail et fines herbes Fruit de saison	Radis râpés Merlu en sauce bonne femme *Comme un poisson dans l'eau Riz de Camargue safrané Lozère vache à la coupe *En faire tout un fromage Crème dessert au caramel
Du 15 au 19	Crêpe au fromage Rôti de veau Courgettes à la crème Tomme blanche Fruit de saison	Duo de chou blanc et rouge Lasagnes à la bolognaise Brie à la coupe Fromage blanc sucré	Mélange fantaisie (batavia, carottes, maïs) Ragoût de pois chiches Pennes Crème anglaise Madeleine	Salade de pommes de terre Marco Polo (poivrons, surimi en mayonnaise) Beignets de calamars Flan de potiron Berger de lozère Fruit de saison
Du 22 au 26 Vacances de la Toussaint				
Du 29 octobre au 02 novembre Vacances de la Toussaint				

Information allergènes : présence possible de céréales contenant du gluten, de crustacés, d'œufs, de poissons, d'arachide, de soja, de lait et produits à base de lait, de fruits à coque, de céleri, de moutarde, de sésame, de l'anhydride sulfureux et sulfites dans nos ateliers.



Produits label Indication Géographique Protégée



Produits label Appellation d'origine contrôlée



Produits locaux



Produits label Agriculture biologique



Produits locaux avec label Sud de France