



LA COUPÉE - LA VERCHÈRE
Les Restaurants Scolaires de Charnay-Lès-Mâcon

MARS

Menu préparé par :
RPC, en collaboration
avec une diététicienne

Délai de modification : jusqu'à 11h00 la veille du repas
UNIQUEMENT SUR LE SITE INTERNET www.ropach.com

MENU

	<u>lundi 9 mars</u>	<u>mardi 10 mars</u>	<u>jeudi 12 mars</u>	<u>vendredi 13 mars</u>
SEMAINE 11	tomate mozzarella	salade farandole	salade verte vinaigrette mangue	salade pommes de terre
	lasagne bolognaise	moqueca de Bahia / haricots verts persillés maïs	curry de légumes aux lentilles corail / riz thaï	saucisse* de francfort / gratin de chou-fleur
	petit nova aromatisé	yaourt panier fruits mixés	carré frais	tartare ail & fines herbes
	compote fruits rouges	bugnes	nappé caramel	pomme
SEMAINE 12	<u>lundi 16 mars</u>	<u>mardi 17 mars</u>	<u>jeudi 19 mars</u>	<u>vendredi 20 mars</u>
	radis beurre	carottes rapées	salade de riz bio	salade d'endives
	tortilla galette / légumes à l'oriental	boulettes agneau sauce tomate / lentilles	escalope poulet sauce au bleu / brocolis	beaufilet colin citron / semoule
	saint marcellin	petit moulé	petit suisse nature	rondelé aux noix
moelleux myrtilles	compote pommes	banane	mousse au chocolat	
SEMAINE 13	<u>lundi 23 mars</u>	<u>mardi 24 mars</u>	<u>jeudi 26 mars</u>	<u>vendredi 27 mars</u>
	salade nantaise	salade du berger	mortadelle*	salade douceur
	moules sauce poulette / spaghettis	nugget's blé / petit pois au jus	poulet caramel / blé beurre bio	poisson doré beurre / épinards
	chanteneige	tartare nature	carré président	tome noire
ananas au sirop	kiwi	fraises	chou à la vanille	

La liste des "Allergènes" dans les aliments est disponible sur le site : <https://www.rpc01.com/allergenes.html>

(*) Plat avec du porc

Pour toute information : <http://les.restau.scolaires.free.fr>
L'Équipe des restaurants scolaires de Charnay-Lès-Mâcon



MARS

Menu préparé par :
RPC, en collaboration
avec une diététicienne**LA COUPÉE - LA VERCHÈRE**
Les Restaurants Scolaires de Charnay-Lès-MâconDélai de modification : jusqu'à 11h00 la veille du repas
UNIQUEMENT SUR LE SITE INTERNET www.ropach.com

MENU SANS VIANDE

	<u>lundi 9 mars</u>	<u>mardi 10 mars</u>	<u>jeudi 12 mars</u>	<u>vendredi 13 mars</u>
SEMAINE 11	tomate mozzarella	salade farandole	salade verte vinaigrette mangue	salade pommes de terre
	filet hoki pesto / pates	moqueca de Bahia / haricots verts persillés maïs	curry de légumes aux lentilles corail / riz thaï	beaufilet colin épices / gratin de chou-fleur
	petit nova aromatisé	yaourt panier fruits mixés	carré frais	tartare ail & fines herbes
	compote fruits rouges	bugnes	nappé caramel	pomme
SEMAINE 12	<u>lundi 16 mars</u>	<u>mardi 17 mars</u>	<u>jeudi 19 mars</u>	<u>vendredi 20 mars</u>
	radis beurre	carottes rapées	salade de riz bio	salade d'endives
	tortilla galette / légumes à l'oriental	haché cabillaud oseille / lentilles	roulé fromage / brocolis	beaufilet colin citron / semoule
	saint marcellin	petit moulé	petit suisse nature	rondelé aux noix
moelleux myrtilles	compote pommes	banane	mousse au chocolat	
SEMAINE 13	<u>lundi 23 mars</u>	<u>mardi 24 mars</u>	<u>jeudi 26 mars</u>	<u>vendredi 27 mars</u>
	salade nantaise	salade du berger	mortadelle*	salade douceur
	moules sauce poulette / spaghettis	nugget's blé / petit pois au jus	blanquette de la mer / blé beurre bio	poisson doré beurre / épinards
	chanteneige	tartare nature	carré président	tome noire
ananas au sirop	kiwi	fraises	chou à la vanille	

La liste des "Allergènes" dans les aliments est disponible sur le site : <https://www.rpc01.com/allergenes.html>

(*) Plat avec du porc

