



MARSSAC

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

ENTRÉE	Navet mayonnaise	Riz niçois		Velouté de courgette	Paté de campagne*
PLAT PRINCIPAL	Raviolis oriental aux lentilles	Aiguillette de poulet au jus		Truffade*	Colin sauce citron
ACCOMPAGNEMENT	***	Epinards béchamel		***	Légumes du marché
PRODUIT LAITIER	Petit louis	Petit suisse sucré		Buchette mélangée à couper	Yaourt aux fruits mixés
DESSERT	Compote pomme fraise	Fruit		Fruit	Petit beurre

Sans viande

Palet montagnard

Rétortillat

Surimi mayonnaise

Sans porc

Rétortillat

Surimi mayonnaise

Les familles d'aliments :

● Viandes, poissons et oeufs ● Légumes & fruits ● Produits céréaliers, féculents et légumes secs ● produits laitiers

Appellation d'origine protégée

Fabriqué en Aveyron

Viande bovine française

Viande porcine française

Volaille française

Certification environnementale niveau 2

Fabriqué dans le Tarn

Bleu Blanc Cœur

Nos salades et nos plats composés

Riz niçois : Riz, tomates, thon au naturel, poivrons rouges et verts, maïs, olives noires, vinaigrette

Velouté de courgettes : pomme de terre, courgettes, carottes, bouillon de légumes, crème, curry

Truffade : pomme de terre, lardons, tomme fraîche, crème, ail, persil

Rétortillat : pomme de terre, tomme fraîche, crème, ail persil

Raviolis oriental aux lentilles : Semoule de blé, lentilles, poivrons, oignons, courgettes, tomates

Nos sauces

Sauce citron : fumet de poisson, roux blanc, jus de citron, crème, oignon, ail

Présence de porc *

Œuf de France

Label rouge

Pêche responsable

Agriculture biologique

Haute valeur environnementale

Dessert maison

Pour des raisons d'approvisionnement, CRM se réserve le droit de modifier certaines composantes du menu et vous remercie de votre compréhension. CRM vous informe que la viande bovine est d'origine française conformément au décret du 17/12/2002. Conformément à l'obligation

d'informer le consommateur sur la Provenance des viandes de volailles, de porcs et d'ovins (en sus de l'origine des viandes bovines) à compter du 1^{er} mars 2022, toutes nos viandes crues sont d'origine française. Conformément à l'Article R412-15 du code de la consommation, la cuisine

centrale met à disposition un repas sans les 14 allergènes réglementaires qui s'intègrent dans le dispositif déployé par votre établissement. Merci d'orienter toute personne intéressée vers votre service de restauration pour en bénéficier.



MARSSAC

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

ENTRÉE		Betteraves vinaigrette		Duo chou rouge/carottes râpées	Taboulé
PLAT PRINCIPAL		Blanquette de dinde		Omelette	Colin 3 céréales
ACCOMPAGNEMENT		Blé		Lentilles cuisinées	Trio de légumes
PRODUIT LAITIER		Saint Nectaire		Pointe de brie à couper	Carré frais
DESSERT		Maestro vanille		Crêpe vanille	Fruit
			Colin sauce colombo		***

Sans viande

Sans porc

Les familles d'aliments :

● Viandes, poissons et oeufs
 ● Légumes & fruits
 ● Produits céréaliers, féculents et légumes secs
 ● produits laitiers

Appellation d'origine protégée

Fabriqué en Aveyron

Viande bovine française

Viande porcine française

Volaille française

Certification environnementale niveau 2

Fabriqué dans le Tarn

Bleu Blanc Cœur

Nos salades et nos plats composés

Taboulé : semoule, poivrons rouges, poivrons verts, tomates, raisin sec, vinaigrette, menthe, jus de citron

Nos sauces

Sauce blanquette : roux blanc, crème, carottes, champignons, bouillon de volaille, ail, persil, oignons

Présence de porc *

Œuf de France

Label rouge

Pêche responsable

Agriculture biologique

Haute valeur environnementale

Dessert maison

Pour des raisons d'approvisionnement, CRM se réserve le droit de modifier certaines composantes du menu et vous remercie de votre compréhension. CRM vous informe que la viande bovine est d'origine française conformément au décret du 17/12/2002. Conformément à l'obligation

d'informer le consommateur sur la Provenance des viandes de volailles, de porcs et d'ovins (en sus de l'origine des viandes bovines) à compter du **1^{er} mars 2022**, toutes nos viandes crues sont d'origine française. Conformément à l'Article R412-15 du code de la consommation, la cuisine

centrale met à disposition un repas sans les 14 allergènes réglementaires qui s'intègre dans le dispositif déployé par votre établissement. Merci d'orienter toute personne intéressée vers votre service de restauration pour en bénéficier.



MARSSAC

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

ENTRÉE	Coloslaw	Rosette*		Velouté de potiron	Salade de blé
PLAT PRINCIPAL	Carbonade de bœuf	Haut de cuisse rôti (poulet)		Chili sin carne	Rôti de porc aveyronnais au jus*
ACCOMPAGNEMENT	Purée de potimarron	Haricots plats persillés		***	Brocolis béchamel
PRODUIT LAITIER	Petit suisse aromatisé	Fromage fouetté		Yaourt fermier	Gouda
DESSERT	Fruit	Crème caramel		Fruit	Flan vanille

Sans viande

Galette quinoa provençale

Œuf mayonnaise / pizza au fromage

Calamars à la romaine

Sans porc

Œuf mayonnaise

Calamars à la romaine

Les familles d'aliments :

● Viandes, poissons et œufs ● Légumes & fruits ● Produits céréaliers, féculents et légumes secs ● produits laitiers

Appellation d'origine protégée

Fabriqué en Aveyron

Viande bovine française

Viande porcine française

Volaille française

Certification environnementale niveau 2

Fabriqué dans le Tarn

Bleu Blanc Cœur

Nos salades et nos plats composés

Coloslaw : carottes râpées, chou blanc, vinaigrette, mayonnaise

Velouté de potiron : pomme de terre, potiron, bouillon de légumes, oignons, crème, ail

Salade de blé : blé, maïs, petits pois, vinaigrette

Chili sin carne : haricots rouges, maïs, égréné végétal, tomate concentré, épices mexicain, carottes, roux blanc, oignons, pulpe de tomate

Nos sauces

Sauce carbonade : roux blanc, sucre, pain d'épices, bière, bouillon de boeuf

Présence de porc *

Œuf de France

Label rouge

Pêche responsable

Agriculture biologique

Haute valeur environnementale

Dessert maison

Pour des raisons d'approvisionnement, CRM se réserve le droit de modifier certaines composantes du menu et vous remercie de votre compréhension. CRM vous informe que la viande bovine est d'origine française conformément au décret du 17/12/2002. Conformément à l'obligation

d'informer le consommateur sur la Provenance des viandes de volailles, de porcs et d'ovins (en sus de l'origine des viandes bovines) à compter du 1^{er} mars 2022, toutes nos viandes crues sont d'origine française. Conformément à l'Article R412-15 du code de la consommation, la cuisine

centrale met à disposition un repas sans les 14 allergènes réglementaires qui s'intègrent dans le dispositif déployé par votre établissement. Merci d'orienter toute personne intéressée vers votre service de restauration pour en bénéficier.



MARSSAC

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

ENTRÉE	PLAT PRINCIPAL	ACCOMPAGNEMENT	PRODUIT LAITIER	DESSERT	
	Tarte au fromage Saucisse aveyronnaise* Petit pois/carottes Yaourt aromatisé Fruit	Carottes râpées au citron Paupiette de veau à la crème Boulgour aux épices Pont l'évêque à couper Mousse au chocolat		Cœur de laitue Gratin de la mer Rostis Mimolette Compote pomme ananas	Salade de riz Pizza aux légumes Haricots beurre méridionaux Petit suisse sucré Fruit

Sans viande

Sans porc

Croc fromage

Croc fromage

Paupiette du pêcheur à la crème

Les familles d'aliments :

● Viandes, poissons et oeufs ● Légumes & fruits ● Produits céréaliers, féculents et légumes secs ● produits laitiers

Appellation d'origine protégée

Fabriqué en Aveyron

Viande bovine française

Viande porcine française

Volaille française

Certification environnementale niveau 2

Fabriqué dans le Tarn

Bleu Blanc Cœur

Nos salades et nos plats composés

Salade de riz : riz, tomates, maïs, vinaigrette

Gratin de la mer : saumon, cocktail de fruit de mer, curry, crème

Nos sauces

Sauce crème : roux blanc, fond brun, crème, carottes, persil, ail, oignons

Présence de porc *

Œuf de France

Label rouge

Pêche responsable

Agriculture biologique

Haute valeur environnementale

Dessert maison

Pour des raisons d'approvisionnement, CRM se réserve le droit de modifier certaines composantes du menu et vous remercie de votre compréhension. CRM vous informe que la viande bovine est d'origine française conformément au décret du 17/12/2002. Conformément à l'obligation

d'informer le consommateur sur la Provenance des viandes de volailles, de porcs et d'ovins (en sus de l'origine des viandes bovines) à compter du 1^{er} mars 2022, toutes nos viandes crues sont d'origine française. Conformément à l'Article R412-15 du code de la consommation, la cuisine

centrale met à disposition un repas sans les 14 allergènes réglementaires qui s'intègrent dans le dispositif déployé par votre établissement. Merci d'orienter toute personne intéressée vers votre service de restauration pour en bénéficier.



MARSSAC

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

ENTRÉE	Chou rouge vinaigrette	Salade de pâtes arlequin		Velouté carottes/patate douce	Œuf mayonnaise
PLAT PRINCIPAL	Bœuf bourguignon	Grignotines de porc sauce barbecue*		Paella au poulet	Curry de pois chiche
ACCOMPAGNEMENT	Blé	Choux fleurs persillés		***	Semoule
PRODUIT LAITIER	Tartare	Petit suisse aromatisé		Yaourt sucré	Livarot à couper
DESSERT	Flan caramel	Fruit		Fruit	Compote pomme abricots

Sans viande

Hoki sauce Nantua

Boulette végétale à la tomate

Paella au poisson

Sans porc

Boulette végétale à la tomate

Les familles d'aliments :

● Viandes, poissons et oeufs ● Légumes & fruits ● Produits céréaliers, féculents et légumes secs ● produits laitiers

Appellation d'origine protégée

Fabriqué en Aveyron

Viande bovine française

Viande porcine française

Volaille française

Certification environnementale niveau 2

Fabriqué dans le Tarn

Bleu Blanc Cœur

Nos salades et nos plats composés

Salade de pâtes arlequin : farfalles, maïs, mélange macédoine, sauce vinaigrette

Velouté carottes/patate douce : pomme de terre, patate douce, carottes, crème, bouillon de légumes, ail, oignons

Paella au poulet : riz, haut de cuisse, cocktail de fruit de mer, poivrons, petits pois, épices paella

Curry de pois chiche : pois chiche, courgettes, carottes, poivrons, tomate concentré, crème, cumin, curry, curcuma

Nos sauces

Sauce bourguignon : roux blanc, vin rouge, carottes, oignons, laurier, herbe de provence, bouillon de boeuf

Sauce barbecue : roux blanc, fond brun, sucre, tomate concentré

Présence de porc *

Œuf de France

Label rouge

Pêche responsable

Agriculture biologique

Haute valeur environnementale

Dessert maison

Pour des raisons d'approvisionnement, CRM se réserve le droit de modifier certaines composantes du menu et vous remercie de votre compréhension. CRM vous informe que la viande bovine est d'origine française conformément au décret du 17/12/2002. Conformément à l'obligation

d'informer le consommateur sur la Provenance des viandes de volailles, de porcs et d'ovins (en sus de l'origine des viandes bovines) à compter du 1^{er} mars 2022, toutes nos viandes crues sont d'origine française. Conformément à l'Article R412-15 du code de la consommation, la cuisine

centrale met à disposition un repas sans les 14 allergènes réglementaires qui s'intègrent dans le dispositif déployé par votre établissement. Merci d'orienter toute personne intéressée vers votre service de restauration pour en bénéficier.



MARSSAC

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

ENTRÉE	Coloslaw 	Crêpe aux champignons		Cœur de laitue	Salade de pomme de terre au thon
PLAT PRINCIPAL	 Sauté de poulet basquaise	Galette pois et blé		 Cassoulet*	 Hoki sauce bonne femme
ACCOMPAGNEMENT	Pommes rissolées	Brocolis persillés		***	Carottes au cumin
PRODUIT LAITIER	Coulommiers à couper	Carré président		Gouda	Petit suisse aromatisé
DESSERT	Compote pomme poire 	Fruit 		 Clafoutis au chocolat	Fruit

Sans viande

Colin sauce basquaise

Cassoulet végétarien

Cassoulet végétarien

Sans porc

Les familles d'aliments :

● Viandes, poissons et oeufs
 ● Légumes & fruits
 ● Produits céréaliers, féculents et légumes secs
 ● produits laitiers

 Appellation d'origine protégée

 Fabriqué en Aveyron

 Viande bovine française

 Viande porcine française

 Volaille française

 Certification environnementale niveau 2

 Fabriqué dans le Tarn

 Bleu Blanc Cœur

Nos salades et nos plats composés

Coloslaw : carottes râpées, chou blanc, vinaigrette, mayonnaise
Salade de pomme de terre au thon : pomme de terre, thon, aneth, vinaigrette

Cassoulet : haricots blancs, oignons, carottes, saucisson à l'ail, saucisse, tomate concentré, lardons

Nos sauces

Sauce basquaise : roux blanc, vin blanc, oignon, pulpe de tomate, tomate concentrée, poivrons, bouillon de volaille, ail

Sauce bonne femme : roux blanc, vin blanc, fumet de poisson, échalotte

Présence de porc *

Œuf de France 

Label rouge 

Pêche responsable 

Agriculture biologique 

Haute valeur environnementale 

Dessert maison 

Pour des raisons d'approvisionnement, CRM se réserve le droit de modifier certaines composantes du menu et vous remercie de votre compréhension. CRM vous informe que la viande bovine est d'origine française conformément au décret du 17/12/2002. Conformément à l'obligation

d'informer le consommateur sur la Provenance des viandes de volailles, de porcs et d'ovins (en sus de l'origine des viandes bovines) à compter du 1^{er} mars 2022, toutes nos viandes crues sont d'origine française. Conformément à l'Article R412-15 du code de la consommation, la cuisine

centrale met à disposition un repas sans les 14 allergènes réglementaires qui s'intègrent dans le dispositif déployé par votre établissement. Merci d'orienter toute personne intéressée vers votre service de restauration pour en bénéficier.



MARSSAC

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

MENU DE NOEL

ENTRÉE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
PLAT PRINCIPAL	Wings de poulet fermier	Cordon bleu (dinde)		Raviolis aux légumes	
ACCOMPAGNEMENT	Lentilles cuisinées	Haricots verts méridionaux		***	
PRODUIT LAITIER	Petit moulé ail et fines herbes	Saint Paulin		Camembert à couper	
DESSERT	Crème vanille	Compote pomme banane		Mousse au chocolat	

Sans viande

Galette quinoa provençale

Escalope panée végétale

Sans porc

Les familles d'aliments :

● Viandes, poissons et oeufs ● Légumes & fruits ● Produits céréaliers, féculents et légumes secs ● produits laitiers



Appellation d'origine protégée



Fabriqué en Aveyron



Viande bovine française



Viande porcine française



Volaille française



Certification environnementale niveau 2



Fabriqué dans le Tarn



Bleu Blanc Cœur

Nos salades et nos plats composés

Salade de riz : riz, tomate, maïs, mayonnaise

Raviolis aux légumes : semoule de blé, épinards, courgettes, aubergines, poivrons, oignon, concentré de tomate, pulpe de tomate, basilic

Présence de porc *

Œuf de France

Label rouge

Pêche responsable

Agriculture biologique

Haute valeur environnementale

Dessert maison

Pour des raisons d'approvisionnement, CRM se réserve le droit de modifier certaines composantes du menu et vous remercie de votre compréhension. CRM vous informe que la viande bovine est d'origine française conformément au décret du 17/12/2002. Conformément à l'obligation d'informer le consommateur sur la provenance des viandes de volailles, de porcs et d'ovins (en sus de l'origine des viandes bovines) à compter du 1^{er} mars 2022, toutes nos viandes crues sont d'origine française. Conformément à l'Article R412-15 du code de la consommation, la cuisine centrale met à disposition un repas sans les 14 allergènes réglementaires qui s'intègrent dans le dispositif déployé par votre établissement. Merci d'orienter toute personne intéressée vers votre service de restauration pour en bénéficier.