



MARSSAC

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

EPIPHANIE

ENTRÉE	Coloslaw	Persillade de pomme de terre		Œuf mayonnaise	Salade de riz au thon
PLAT PRINCIPAL	<b>Bœuf provençal</b>	<b>Haut de cuisse rôti</b>		<b>Tajine de pois chiche</b>	<b>Cordon bleu</b>
ACCOMPAGNEMENT	<b>Blé</b>	<b>Haricots beurre méridionaux</b>		<b>Semoule</b>	<b>Choux fleurs paprika</b>
PRODUIT LAITIER	<b>Petit suisse aromatisé</b>	<b>Saint Nectaire</b>		<b>Fromage blanc sucré</b>	<b>Edam</b>
DESSERT	<b>Fruit</b>	<b>Compote de pomme</b>		<b>Fruit</b>	<b>Brioche des rois</b>

Sans viande

Colin sauce provençale

Palet montagnard

\*\*\*

Croc fromage

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** : chou blanc, carottes râpées, mayonnaise  
**Persillade de pomme de terre** : pomme de terre, persil, vinaigrette  
**Salade de riz au thon** : riz, thon, tomate, mayonnaise

**Palet montagnard** : protéines de blé, carottes, épinards, oignons, fromage

## Nos sauces

**Tajine de pois chiche** : pois chiche, roux blanc, courgettes, tomate concentré, pruneaux, carottes, épices orientales  
**Sauce provençale** : roux blanc, oignons, bouillon de boeuf, tomate concentré, pulpe de tomate, ail, persil, herbes de provence

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<sup>er</sup> 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

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
ENTRÉE	Blé provençal	Macédoine		Velouté de potiron	Taboulé
PLAT PRINCIPAL	Saucisse aveyronnaise*	Colin sauce Nantua		Lasagne ricotta épinards chèvre	Emincé de poulet bio sauce tandoori
ACCOMPAGNEMENT	Jardinière de légumes	Boulgour		***	Carottes persillées
PRODUIT LAITIER	Yaourt fermier	Fromage fouetté		Petit suisse sucré	Camembert à couper
DESSERT	Madeleine	Fruit		Fruit	Maestro vanille

Sans viande

Galette quinoa provençale

\*\*\*

\*\*\*

Omelette

Sans porc

Galette quinoa provençale

## 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

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

**Blé provençal :** blé, olives noires, poivrons, tomate, vinaigrette

**Lasagne ricotta épinards chèvre :** Pâtes à lasagne, ricotta, épinards, crème fraîche, fromage de chèvre, emmental

## Nos sauces

**Sauce Nantua :** Fumet de crustacés, vin blanc, tomate concentré, oignon, roux blanc, ail

**Sauce tandoori :** roux blanc, oignon, tomate concentré, bouillon de volaille, épices tandoori

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<sup>er</sup> 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	Salade de pâtes arlequin	Céleri mayonnaise		Carottes râpées	Cœur de laitue
PLAT PRINCIPAL	Roulé au fromage	Sauté de dinde au curry		Poisson meunière + citron	Pot au feu
ACCOMPAGNEMENT	Haricots verts persillés	Pommes sautées		Riz à la tomate	***
PRODUIT LAITIER	Yaourt sucré	Pointe de brie à couper		Cantal	Petit suisse aromatisé
DESSERT	Fruit	Compote pomme banane		Crème vanille	Cake fleur d'oranger maison

Sans viande

\*\*\*

Hoki sauce citron

\*\*\*

Potée aux légumes

Sans porc

## Les familles d'aliments :

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

## Nos salades et nos plats composés

**Salade de pâtes arlequin :** farfalles, maïs, mélange macédoine, sauce vinaigrette  
**Salade de pois chiche portugaise :** pois chiche, olives verte, thon, vinaigrette, persil

**Pot au feu :** sauté de boeuf, carottes, chou vert, pomme de terre, bouillon de boeuf  
**Potée aux légumes :** carottes, chou vert, pomme de terre, bouillon de légumes

**Cake fleur d'oranger :** farine, sucre, levure, oeufs, huile de colza, fleur d'oranger

## Nos sauces

**Sauce au curry :** roux blanc, crème liquide, bouillon de volaille, curry  
**Sauce citron :** fumet de poisson, roux blanc, oignon, jus de citron, crème liquide, ail

-  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

-  Présence de porc \*
-  Euf 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<sup>er</sup> 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

NOUVEL AN CHINOIS

ENTRÉE	Navet mayonnaise	Thon mayonnaise		Velouté de courgettes	Nem au poulet
PLAT PRINCIPAL	Escalope viennoise	Velouté de poulet sauce forestière		Tortellini pomodoro mozzarella	Sauté de porc au caramel
ACCOMPAGNEMENT	Lentilles cuisinées	Trio de légumes		***	Riz aux petits légumes
PRODUIT LAITIER	Yaourt aromatisé	Pont l'évêque à couper		Tartare	Petit suisse aromatisé
DESSERT	Fruit	Flan vanille		Fruit	Beignet ananas

Sans viande

Escalope panée végétale

Galette lentilles boulgour

\*\*\*

Samoussa aux légumes / Œufs brouillés  
Œufs brouillés

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

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

Tortellini pomodoro mozzarella : pâtes ravioles, tomate, mozzarella, ricotta, basilic, sauce tomate

Nos sauces

Sauce forestière : roux blanc, crème liquide, bouillon de volaille, persil, champignon, ail, carottes, oignon

Sauce caramel : fond brun, sucre, oignon



- \* 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<sup>er</sup> 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  
CHANDELEUR

VENDREDI

ENTRÉE	Perles aux légumes	Coleslaw		Cœur de batavia	Salade de riz arlequin
PLAT PRINCIPAL	Pizza au fromage	Bœuf aux olives		Tartiflette*	Colin poêlé
ACCOMPAGNEMENT	Haricots beurres persillés	Purée de pomme de terre		***	Carottes persillées
PRODUIT LAITIER	Saint Nectaire	Petit suisse sucré		Gouda	Yaourt fermier
DESSERT	Crème caramel	Fruit		Crêpe vanille	Fruit

Sans viande

\*\*\*

Hoki sauce échalotte

Tartiflette sans viande

\*\*\*

Sans porc

Tartiflette sans viande

## Les familles d'aliments :

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

## Nos salades et nos plats composés

Perles aux légumes : pâtes perles, tomates, concombres, mais, carottes, olives noires, vinaigrette

Coleslaw : chou blanc, carottes râpé, mayonnaise

Salade de riz arlequin : riz, maïs, petits pois, mayonnaise

Tartiflette : pomme de terre, lardons, fromage à tartiflette, crème liquide

## Nos sauces

Sauce aux olives : roux blanc, bouillon de boeuf, olives vertes, tomate concentré, pulpe de tomate, ail, persil

Sauce échalotte : roux blanc, fumet de poisson, crème liquide, vin blanc, échalotte

Présence de porc \*

Œuf de France

Label rouge

Pêche responsable

Agriculture biologique

Haute valeur environnementale

Dessert maison

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

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<sup>er</sup> 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	Taboulé	Duo de crudités		Betteraves ciboulette	Tarte au fromage
PLAT PRINCIPAL	Emincé de poulet bio à la crème	Colin sauce curry		Sauce bolognaise aux lentilles	Jambon blanc*
ACCOMPAGNEMENT	Choux fleurs persillés	Pommes duchesses		Torsades	Pomme vapeur / Ratatouille
PRODUIT LAITIER	Livarot à couper	Yaourt aromatisé		Edam	Fromage blanc sucré
DESSERT	Flan chocolat	Fruit		Fruit	Clafoutis aux fruits rouges

Sans viande

Galette pois et blé

\*\*\*

\*\*\*

Calamars à la romaine

Sans porc

Calamars à la romaine

## Les familles d'aliments :

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

## Nos salades et nos plats composés

**Taboulé :** semoule, poivrons rouges, poivrons verts, tomates, raisin sec, vinaigrette, menthe, jus de citron  
**Duo de crudités :** céleri râpé, carottes râpées, vinaigrette, persil

## Nos sauces

**Sauce crème :** bouillon de volaille, roux blanc, crème liquide, oignon, carottes, ail, persil  
**Sauce curry :** roux blanc, crème liquide, fumet de poisson, curry  
**Sauce bolognaise aux lentilles :** lentilles vertes, tomate concentré, pulpe de tomate, oignons, carottes, herbe de provence, ail

Présence de porc \*

Œuf de France

Label rouge

Pêche responsable

Agriculture biologique

Haute valeur environnementale

Dessert maison

-  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

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<sup>er</sup> 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.