



MARSSAC

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI
EPIPHANIE

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

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^{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	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^{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	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^{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

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^{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

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^{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	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

Clafoutis aux fruits rouges : farine, oeufs, sucre, lait, fruits rouges

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

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 *

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.