Chez Marc
Impasse des Cyprès
ZA Le Mardaric
04310 PEYRUIS

# SEMAINE 46

## Menu du 09 au 13 novembre 2026




| LUNDI | MARDI | MERCREDI | JEUDI | VENDREDI |
|---|---|---|---|---|
| **VEGETARIEN** | | FERIE | | |
| **Chou-fleur en salade (10)** | Salade verte (10) | | **Piémontaise sans viande (3,10)** | **Betteraves BIO et maïs (10)** |
| Croq'fromage (1,7) | **Boulette de boeuf** | | Cordon bleu de volaille (1,7) | **Lieu sauce safranée (1,4,7,9)** |
| | **Régimes spéciaux** | | **Régimes spéciaux** | |
| | Boulette végétarienne | | Nuggets végétal | |
| **Mélange de légumes et d'orge (1)** | **Riz BIO** | | **Carottes sautées BIO** | **Purée de pommes de terre BIO (7)** |
| **Yaourt (7)** | Brie (7) | | **Yaourt du Champsaur (7)** | Edam (7) |
| **Pomme cuite** | **Crème dessert vanille BIO (7)** | | **Poire** | Ananas |

Tableau de correspondance des Allergènes

*Dans le menu, sous le nom de chaque recette, les allergènes sont identifiés par un chiffre.*

| | | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | Gluten | 4 | Poissons | 7 | Lait | 10 | Moutarde | 13 | Lupin |
| 2 | Crustacés | 5 | Arachide | 8 | Fruits à coque | 11 | Sésame | 14 | Mollusque |
| 3 | Œufs | 6 | Soja | 9 | Céleri | 12 | Sulfite | 15 | Contient multiples allergènes |

Equilibre alimentaire validé par la Diététicienne :
**Delphine DUBOIS - Association Cocodiet**

**Produit issu de l'agriculture biologique**

**Produit issu "Egalim"**

Marc CINQUEUX, Le gérant

Viandes origine France, Poisson labellisé pêche durable