



MENUS JANVIER 2026

LUNDI

Mousse de canard
Blanquette de veau **bio local**
Pâte **bio**
Yaourt **bio local**
Fruit de saison **bio**

DU 05/01
AU 09/01

MARDI

Carotte râpée à la féta **bio***
Escalope de porc à la crème moutarde **biolocal**
Blé **bio**
Galette des rois

MERCREDI

Rillettes de poisson
Aiguillette de poulet sauce champignon **biolocal**
Gratin de potiron **bio***
Fromage **bio local**
Galette des rois

JEUDI

Salade de crudités **bio**
Lentilles à la tomate **bio***
Riz **bio**
Fromage
Yaourt **bio local**

VENDREDI

Potage **bio***
Filet de poisson frais du jour
Haricot vert **bio**
Riz au lait **biolocal***

DU 12/01
AU 16/01

Céleri rémoulade **bio***
Colombo de poulet **bio local**
Céréales gourmandes **bio**
Fromage / Compote **bio**

Avocat sauce cocktail **bio**
Omelette au fromage **bio***
Pomme de terre persillées **bio***
Fromage **bio local**
Fruit de saison **bio**

Salade de pâte à l'emmental **bio***
Émincé de bœuf **bio local**
Brocolis braisés **bio***
Yaourt **bio local**

Salade de pois chiche
Ravioli au fromage **bio**
Yaourt **bio local**
Compote **bio**

Crêpe au fromage **bio**
Poisson pané
Epinard à la crème **bio***
Fromage
Ananas caramélisée

DU 19/01
AU 23/01

Salade aux noix **bio**
Sauté de veau **bio local**
Choux fleur en gratin **bio***
Fromage
Roulé feuilleté aux pommes **bio***

Potage de butternut **bio***
Escalope de poulet **bio local**
Boulgour **bio**
Yaourt **bio local**
Fruit de saison **bio**

Friand au fromage **bio**
Nuggets végétarien **bio**
Carotte vichy **bio***
Fromage **bio local**
Fruit de saison **bio**

Taboulé **bio***
Saucisse de Toulouse **bio local**
Petits pois **bio**
Fromage
Fruit de saison **bio**

Potage de haricot blanc **bio***
Filet de poisson frais
Haricot beurre **bio**
Fromage
Yaourt **bio local**

DU 26/01
AU 30/01

Lasagne bolognaise **bio***
Salade **bio**
Yaourt **bio local**
Fruit de saison **bio**

Salade au crouton **bio**
Bœuf sauce barbecue **bio local**
Frites
Fromage
Flan chocolat **biolocal***

Salade de pommes de terre **bio***
Rôti de veau **bio local**
Purée de légumes **bio***
Fromage **bio local**
Fruit de saison **bio**

Potage vermicelle
Gratin de butternut **bio***
Fromage
Fruit de saison **bio**

Duo de saucisson **bio local**
Filet de poisson frais du jour
Semoule **bio**
Fromage **bio local**
Compote **bio**

Viande et volaille 100% BIO et locale
(sauf steak haché)
Lait, crème, beurre et œuf 100% BIO
Pain locale

RESTAURANT MUNICIPAL – LA ROCHE-CHALAIS
05 53 90 42 50 – www.larochechalais.fr



Ce menu peut éventuellement être modifié selon les approvisionnements

