



MENUS OCTOBRE 2025

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

DU 29/09
AU 03/10

Saucisson **bio local**
Sauté de poulet **bio local**
Gnocchi **bio**
Fromage / Fruits **bio**

Houmous et son toast **bio***
Filet de poissons
Purée de potiron **bio**
Fromage blanc **bio local** à la confiture

Céleri rémoulade **bio***
Rôti de bœuf **biolocal***
Pâtes au gruyère **bio**
Liégeois au chocolat **biolocal***

Salade de tomates **bio**
Croque fromage
Petit pois **bio**
Semoule au lait **biolocal***

Carottes râpées **bio***
Emincés de porc **bio local** aux champignons
Riz **bio**
Yaourt **bio local**
Fruits **bio**

DU 06/10
AU 10/10

Taboulé **bio***
Escalope de poulet **bio local**
Courgette **bio**
Fromage
Fruits **bio**

Concombre vinaigrette **bio***
Curry de légumes au pois chiche **bio*** pomme vapeur **bio** fromage
Crème praline **biolocal***

Salade blé **bio***
Rôti de porc **bio local**
Haricots plats **bio**
Fromage
Fruits **bio**

Salade composée **bio***
Sauté de veau **bio local** aux oignons
Riz creole **bio**
Fromage
Yaourt **bio local**

Salade de lentilles **bio***
Filet de poisson
Poêlée de légumes **bio***
Fromage
Fruits **bio**

DU 13/10
AU 17/10

Salade verte aux noix **bio**
Poisson pané
Frites
Fromage
Fruit **bio**

Boulogour à la Libanaise **bio***
Bœuf bourguignon et ses légumes **biolocal***
Fromage
Fromage blanc **biolocal**

Carottes râpées **bio***
Sauté de porc **bio local**
Purée de pois cassé **bio local**
Fromage / compote **bio**

Salade de Riz **bio***
Escalope de poulet marinée **bio local**
Haricots vert
Yaourt **bio local**
Fruit **bio**

Endives aux pommes **bio**
Gratin de pâte aux œufs durs **bio***
Fromage
Mousse au fruit **bio***

DU 20/10
AU 24/10

Duo de crudités **bio***
Pilon de poulet **bio local**
Purée de butternut **bio**
Fromage
Carrot cake*

Betterave vinaigrette **bio**
Macaroni bolognaise végétariennes **bio***
Fromage
Compote **bio**

Salade de pomme de terre **bio***
Steak haché **bio**
Carotte vichy **bio***
Fromage
Yaourt **bio local**

Carottes râpées **bio***
Marmite de poisson
Purée de pomme de terre **bio***
Yaourt **bio local**
Fruits **bio**

Pâté de campagne **biolocal**
Rôti de veau au pesto **biolocal**
Brocolis en gratin **bio***
Fromage
Riz au lait **biolocal***

DU 27/10
AU 31/10

Salade de crouton **biolocal**
Sauté de bœuf **bio local**
Riz **bio local**
Yaourt **bio local**
Fruits **bio**

Céleri vinaigrette **bio***
Filet de poisson citronné
Haricot vert **bio local**
Fromage
Beignet chocolat

Salade verte et avocat **bio**
Côte de porc **bio local**
Pommes noisette
Fromage
Fromage blanc **bio local**

Salade de perles et thon **bio***
Paupiette de veau
Gratin de chou-fleur **bio***
Fromage / Fruits **bio**

MENU HALLOWEEN
Soupe potiron
Pain de poulet au butternut
Lentilles beluga
Dessert maison

VACANCES ALSH

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.
Menus réalisés sous le contrôle d'une diététicienne.

