



Menus Rayol Canadel Mars 2025

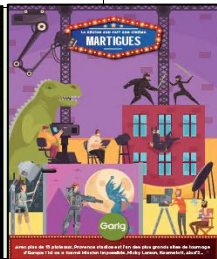
Nos engagements :

- Pain : Artisanal, Local et issu de l'agriculture biologique Composantes issues de l'agriculture biologique par **BendSinéGP**
- Haute valeur environnementale/C-E2 Certification environnementale niveau 2
- Toutes les viandes / sont d'origine France
- Boeuf : Exclusivement Race à Viande
- Poisson : Issu exclusivement de la Pêche durable
- Produit local
- Préparé dans
- Produit Artisanal
- Fromage
- Fromage AOP / AOC
- Fruits et légumes : Frais de saison
- Produit
- Omelettes cuisinées sur la cuisine centrale avec des oeufs issus de l'agriculture

BON APPETIT !

NB : Manipulant tous types d'aliments dans nos ateliers, traces possible de : poisson, œuf, crustacé, mollusque, moutarde, céleri, lupin, soja, gluten, sulfite, sésame, fruits à coque, arachide, lait.

lundi 3 mars 2025	mardi 4 mars 2025	mercredi 5 mars 2025	jeudi 6 mars 2025	vendredi 7 mars 2025
MENU BIO Sauté de bœuf mode Polenta Camembert Fruit de saison	MARDI GRAS Carottes râpées & mimolette Filet de poisson meunière & citron Epinards à la béchamel Beignet choco-noisette		MENU VÉGÉTARIEN Omelette Bio aux herbes Haricots verts persillés Fourme d'Ambert AOP Fruit de saison	Salade iceberg & dés d'emmental Pavé de colin sauce provençale Ecrasé de pommes de terre à Purée de pommes HVE
lundi 10 mars 2025	mardi 11 mars 2025	mercredi 12 mars 2025	jeudi 13 mars 2025	vendredi 14 mars 2025
Méli-mélo de chou rouge & chou blanc Lasagnes de bœuf Yaourt aromatisé	MENU BIO & VEGETARIEN Dahl de lentilles vertes Riz pilaf Emmental Fruit de saison		Velouté de poireaux & carré président Rôti de porc froid & moutarde HVE (Rôti de dinde & moutarde) Brocolis persillés Fruit de saison	Filet de poisson pané Petits pois mijotés Lou Pastroun de l'Ubaye Fruit de saison
lundi 17 mars 2025	mardi 18 mars 2025	mercredi 19 mars 2025	jeudi 20 mars 2025	vendredi 21 mars 2025
MENU BIO Carottes râpées & vinaigrette à l'échalote Sauté de bœuf sauce forestière Boulgour Yaourt nature sucré	Filet de lieu à la bordelaise Choufleur béchamel Carline de l'Ubaye Fruit de saison		MENU VÉGÉTARIEN JOURNEE NATIONALE SANS VIANDE Nuggets de blé Gratin d'épinards Vache picon Salade de fruits frais	LA REGION SUD FAIT SON CINEMA "MARTIGUES" Filet de poisson sauce vierge Tortis tricolores & râpé Fresh milk à la pomme & pop corn
lundi 24 mars 2025	mardi 25 mars 2025	mercredi 26 mars 2025	jeudi 27 mars 2025	vendredi 28 mars 2025
Salade verte & croûtons Daube de boeuf à l'ancienne Carottes persillées Yaourt aromatisé	Rougail saucisse (Rougail saucisse de volaille) Riz de Camargue IGP Gouda Fruit de saison		MENU BIO & VEGETARIEN JOURNEE NATIONALE DU FROMAGE Raviolis chèvre & ciboulette à la sauce tomate Cantal AOP Fruit de saison	Salade iceberg & dés de mimolette Pavé de colin sauce beurre & citron Haricots plats persillés Cake au citron



Dans le cadre de notre animation "La région Sud fait son cinéma" **GARIG** à l'honneur la ville de **Martigues** où, depuis 10 ans, de nombreuses productions audiovisuelles ont été créées à **Provence Studios**.

Des films, des séries, des publicités, des courts-métrages, français et internationaux, qui permettent à ces studios d'être l'un des leaders en France.

Par exemple, y ont été tournés des films français comme **TAXI 5**, **LES TUCHE 2** ou la palme d'or du festival de Cannes 2020 **TITANE** et également les clips de **SOPRANO**, **CHRISTOPHE WILLEM** ou **RIDSA**.

