

La cantine de VARS, vous propose en Janvier 2023 les menus suivants

	semaine 1 du 03/01 au 06/01/23	semaine 2 du 09 au 13/01/23	semaine 3 du 16 au 20/01/23	semaine 4 du 23/01 au 27/01/23
Lundi	VACANCES	Végétarien Macédoine de légumes B Spaguetti Bolo végétale B Compote de fruits FM	Cake aux lardons FM Filet de poisson F Gratins de légumes F Fruits FM	Végétarien Salade de carottes rapées B Nuggets végé / PDT sautés FM Yaourt FM
Mardi	Potage de légumes B Parmentier de viande PL Fruits B	Salade de petit épeautre B Bœuf Carottes PL B Yaourts PL	Taboulé FM Poulet au curry F poêlé de légumes F B Faisselle PL	Potage de légumes F Rôti de dinde PL Gratin de Ravioles du Champsaur PL Flan pâtissier F PL
Jeudi	Tarte fine aux légumes B Bœuf marinés B Haricot vert persillés Faisselle B	Salade verte B Tartiflette à l'extravache PL Crumble poire PL	Tarte au Thon Tomate F Pennes complètes Carbonara B Compote de fruits FM	Feuilleté Jambon épinard FM Couscous B Saucisse PL Muffins PL
Vendredi	Salade de lentilles B Rôti de porc PL Gratin Dauphinois PL Cake aux fruits FM	Salade de haricots verts B Cassoulet PL Galette des rois PL	Salade de riz mix F Poisson pané B Flan de carottes FM Cookies B	Salade verte FM Esc poulet pané B Cœur de blé PL Tarte aux Fruits PL

LEGENDE : **F** : Frais, **PL** : Produits locaux, **FM** : Fabrication maison, **S ou C** : Surgelé ou conserves, **B** : Bio
Pour les produits bio, ce sera en fonction de l'arrivage chez le fournisseur