

**La cantine de VARS , vous propose en octobre 2021 les menus suivants**

	semaine 40 du 4/10 au 8/10/21	semaine 41 du 11 au 15/10/21	semaine 42 du 18 au 22/10/21	semaine 43 et 44
Lundi	Tarte légumes B Poisson pané F Carottes à l'ail B PL Fromage/ fruit PL	Tarte Chèvre FM Paupiette de porc PL Petits légumes B Cookies FM	Végétarien Salade de tomate Mozza B Lasagne petits légumes B FM Faisselle PL	<b>Vacances</b>
Mardi	Crudités B Rôti de dinde F Gratin de courgette B Yaourt Vanille B	Potage de légumes F B Parmentier de canard FM Fromage/fruit PL	Taboulé B Colombo de porc PL Flan de légumes B Muffins FM	<b>Vacances</b>
Jeudi	Salade Marine B FM Goulash de bœuf PL Lentilles/ Légumes B Gâteau chocolat FM	Salade de petit épeautre B Sauté de porcelet PL Courgettes rôties B Gâteau à l'orange FM B	Salade verte aux noix B Sauté de bœuf PL Céréales gourmandes aux petits légumes B Yaourt PL	<b>Vacances</b>
Vendredi	Végétarien Radis beurre B Nuggets végétal S Pommes grenailles PL Fromage/fruits PL B	Tarte aux fromages F FM Filet de poisson F Jardinière de légumes F B Crumble pommes B FM	Salade de carottes rapées B PL Cassoulet maison PL B Fromage/fruits PL	<b>Vacances</b>

**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*