



Menus du 13 au 17 Octobre 2025  
Semaine des DOM-TOM

S42	Lundi La Réunion	Mardi La Martinique	Mercredi	Jeudi La Guadeloupe Repas végétarien	Vendredi Mayotte
<i>Entrée</i>	-	Samoussa de légumes	-	Salade des tropiques (Carotte, céleri, ananas, gingembre)	Courgettes râpées
<i>Plat Principal</i>	Rougail de saucisse de volaille	Colombo de porc* bio	Bolognaise de bœuf	Cari de lentilles bio	Filet de colin au curry
<i>Légume/Féculent</i>	Purée de pommes de terre	Carottes aux épices douces	Torsades	Riz bio	Patates douces bio
<i>Produit laitier</i>	Yaourt fermier vanille	-	Gouda	-	-
<i>Dessert</i>	Beignet ananas	Flan vanille nappé caramel bio	Fruit	Fruit bio	Clafouti coco du chef

**Légende**

Produit issu de l'agriculture biologique

Produit local

Viande Française

Pêche responsable

Région Ultrapériphérique

Indication d'origine protégée

Appellation d'origine contrôlée

Recette du Chef

Issu du commerce équitable

Certifications environnementales

**Repas sans viande :**

- Lundi : Rougail de poisson
- Mardi : Hoki sauce colombo
- Mercredi : Torsades aux légumes du soleil et pois chiches

**Repas sans porc :**

- Mardi : Colombo de poulet

**Choix de la semaine :**

- Entrée: Concombre à la crème
- Légumes : Épinards à la crème



Cette semaine, une petite escale à la Réunion pour déguster, « sous les tamaris », un régal de rougail de saucisses ! Au parfum des îles, aux couleurs métissées comme sa population africaine, chinoise, indienne et européenne harmonieusement réunie.



**Les groupes alimentaires**

Fruits et Légumes

Viandes, poisson œufs

Féculents

Matières grasses

Produits laitiers

Produits sucrés