



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

| S42                        | Lundi<br>La Réunion             | Mardi<br>La Martinique         | Mercredi                                   | Jeudi<br>La Guadeloupe<br>Repas végétarien                     | Vendredi<br>Mayotte     |
|----------------------------|---------------------------------|--------------------------------|--------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|-------------------------|
| <b>Entrée</b><br>          | Salade iceberg                  | Samoussa de légumes            | Salade carnaval<br>(maïs, poivron, tomate) | Salade des tropiques<br>(Carotte , céleri , ananas, gingembre) | Courgettes râpées       |
| <b>Plat Principal</b><br>  | Rougail de saucisse de volaille | Colombo de porc* bio           | Bolognaise de bœuf                         | Cari de lentilles bio                                          | Filet de colin au curry |
| <b>Légume/Féculent</b><br> | Purée de pommes de terre        | Carottes aux épices douces     | Torsades                                   | Riz bio                                                        | Patates douces bio      |
| <b>Produit laitier</b><br> | Yaourt fermier vanille          | Samos                          | Gouda                                      | Coulommiers bio (coupe)                                        | Mimolette               |
| <b>Dessert</b><br>         | 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

Issus du commerce équitable

Certifications environnementales

\* Présence de porc

**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