

LE MENU DE LA SEMAINE

**CAP
SUR
L'OUTRE-
MER**
LUNDI
13/10/2025

REUNION

MARTINIQUE

MAYOTTE

GUADELOUPE



MARDI
14/10/2025



JEUDI
16/10/2025



VENDREDI
17/10/2025

Taboulé créole (bio mangue & bio raisin sec) Salade de pois antillais (bio pois chiches, citron, oignon) Salade verte bio	Endive bio au bleu Carottes aux pommes bio Salade verte bio	Concombre à l'antillaise (fromage blanc citronné) Soupe zabitan Salade verte bio	Cake à la courge butternut fromage et noix Pizza aux légumes bio Salade verte bio
Cari d'œufs bio massalé Rougail saucisse bio	Lentilles vertes bio crème au curry Quenelles natures bio sauce aux champignons	Colombo de légumes (pomme de terre, patate douce, courgette, aubergine) Poisson frais à la martiniquaise (tomate, curry, lait de coco)	<u>Pâtes bio coquillettes sauce fromagère au bleu d'Auvergne (plat unique)</u> Bio sauté de veau mijoté
Riz bio parfumé coco & épice douce Achard de légumes (chou blanc, carotte)	Semoule bio égrenée Fondue de poireaux bio	Pommes de terre bio Bringelles grillées	Bio coquillettes semi-complètes Gratin de fenouil bio
Faisselle nature bio + sucre Bio carré laitier	Yaourt bio aromatisé à la fraise L'aimontal bio	Yaourt bio aromatisé à la coco Cantal AOC	Yaourt nature bio + sucre Bûche du Pilat
Blanc manger coco Bio compote pomme mangue Corbeille de fruits BIO	Riz au lait bio Crème dessert caramel bio Corbeille de fruits BIO	Gâteau de chemin de fer réunionnais Gâteau à la patate douce bio Corbeille de fruits BIO	Pomme bio au four épice cannelle Salade de fruits bio frais Corbeille de fruits BIO

LÉGENDE



Agriculture
Biologique



Produit local



Appellation
d'Origine Contrôlée



Pêche
Responsable



Plat Végétarien



Viande Française



Fabriqué à
la cuisine
centrale