



COMMERCY M.A. Tom Pouce - Repas Du 18/03/2019 au 22/03/2019

Légende: 🐟 Pêche MSC | 🌿 BIO | 🌍 Régional générique |

	1 - OFANTS	2 - PETIOTS	3-BABRES
lun 18/03	Brocolis - Sauce salade Filet de colin 🐟 - Sauce à l'oseille Riz Panais Fromage frais à tartiner Fruit de saison	Filet de colin 🐟 - Purée moulinée de panais Riz nature Fromage frais à tartiner Compote pomme Bio citron 🌿	Mixé de colin Purée lisse de panais ou Purée lisse de carottes Purée lisse de pommes de terre 🌍 🌿 Compote pomme Bio citron 🌿
mar 19/03	Velouté de haricots verts Egréné de boeuf - Sauce façon bolognaise ou Filet de lieu 🐟 - Sauce tomate Salsifis à l'ail et persil Farfalles mini 🌍 🌍 Suisse nature Fruit de saison	Egréné de boeuf - ou Filet de lieu 🐟 - Perles de pâtes nature Purée moulinée de haricots verts Suisse nature Compote pomme Bio 🌿	Mixé de boeuf ou Mixé de saumon et lieu Purée lisse de haricots verts ou Purée lisse de carottes Purée lisse de pommes de terre 🌍 🌿 Compote pomme Bio 🌿
mer 20/03	Pamplemousse Emincé d'agneau - Sauce au curry ou Filet de hoki 🐟 - Sauce au curry Quinoa Bio 🌿 Carottes vapeur Camembert Compote pomme Bio banane 🌿	Egréné d'agneau - ou Filet de hoki 🐟 - Purée moulinée de carottes Quinoa Bio nature 🌿 Camembert Compote pomme Bio banane 🌿	Mixé d'agneau ou Mixé de saumon et lieu Purée lisse de carottes Purée lisse de pommes de terre 🌍 🌿 Compote pomme Bio banane 🌿

Merci de communiquer vos informations supplémentaires par mails ou appel téléphonique. En vous remerciant par avance.



COMMERCY M.A. Tom Pouce - Repas Du 18/03/2019 au 22/03/2019

Légende: 🐟 Pêche MSC | 🌿 BIO | 🏠 Régional générique |

	1 - OFANTS	2 - PETIOTS	3-BABRES
jeu 21/03	Salade de riz provençale (tomate, olive, poivron vert) - Sauce salade Filet de poulet - Sauce forestière ou Filet de colin 🐟 - Sauce forestière Betteraves Semoule Le bon Lorrain Bio 🏠 🌿 Fruit de saison	Egrené de poulet - ou Filet de colin 🐟 - Semoule nature Purée moulinée de betteraves Yaourt nature Compote pomme Bio dattes 🌿	Mixé de poulet ou Mixé de colin Purée lisse de betteraves ou Purée lisse de carottes Purée lisse de pommes de terre 🏠 🌿 Compote pomme Bio dattes 🌿
ven 22/03	Chou blanc râpé - Sauce salade au fromage blanc Omelette Bio 🌿 Pommes de terre rissolées Petits pois à l'anglaise Edam Compote pomme Bio orange 🌿	Omelette Bio 🌿 - Purée moulinée de petits pois Pommes de terre écrasées nature 🏠 Suisse nature Compote pomme Bio orange 🌿	Mixé de saumon et lieu Purée lisse de petits pois ou Purée lisse de carottes Purée lisse de pommes de terre 🏠 🌿 Compote pomme Bio orange 🌿

Merci de communiquer vos informations supplémentaires par mails ou appel téléphonique. En vous remerciant par avance.



COMMERCY M.A. Tom Pouce - Goûters Du 18/03/2019 au 22/03/2019

Légende: BIO | Recette gourmande |

	A- Goûter 3 éléments	B- Goûter 2 éléments	C- Goûter 1 élément
lun 18/03	Compote pomme Bio poire Suisse nature Sablé de Retz	Compote pomme Bio poire Suisse nature	Compote pomme Bio poire
mar 19/03	Compote pomme Bio verveine Fromage Pain	Compote pomme Bio verveine Fromage blanc nature	Compote pomme Bio verveine
mer 20/03	Confiture Tutti Frutti Yaourt nature Pain 5 céréales et fromage blanc	Compote pomme Bio vanille Yaourt nature	Compote pomme Bio vanille
jeu 21/03	Fruit goûter Suisse nature Cake aux agrumes	Compote pomme Bio Suisse nature	Compote pomme Bio
ven 22/03	Fruit goûter Fromage blanc nature Pain au lait	Compote pomme Bio carotte Fromage blanc nature	Compote pomme Bio carotte

Merci de communiquer vos informations supplémentaires par mails ou appel téléphonique. En vous remerciant par avance.



COMMERCY M.A. Tom Pouce - Menus Du 18/03/2019 au
22/03/2019

Plats	Ingrédients	Allergènes
	Carotte, Eau du robinet, Navet, Oignons, Poireau	
Betteraves	Betterave entière cuite	
Brocolis	Brocolis fleurettes	
Cake aux agrumes	Beurre doux, Farine ble, Huile tournesol, Levure chimique, Oeuf entier liquide, Segment de pomelos, Segment d'orange, Sucre semoule	Céréales contenant du gluten, Lait et produits à base de lait, Oeuf et produits à base d'oeufs
Camembert	Camembert 45% m.g.	Lait et produits à base de lait
Carottes vapeur	Carotte	
Chou blanc râpé	Chou blanc, Ciboulette, Echalote	
Compote pomme Bio	Pomme BIO	
Compote pomme Bio banane	Banane, Pomme BIO	
Compote pomme Bio carotte	Carotte, Pomme BIO	
Compote pomme Bio citron	Jus de citron 1 litre, Pomme BIO	
Compote pomme Bio dattes	Dattes, Pomme BIO	
Compote pomme Bio orange	Pomme BIO, Pulco orange	
Compote pomme Bio poire	Poire, Pomme BIO	
Compote pomme Bio vanille	Arome vanille naturelle, Pomme BIO	
Compote pomme Bio verveine	Infus verveine, Pomme BIO	
Confiture Tutti Frutti	Abricots, sucre, Mirabelles sirop, Pêche au sirop, Poires au sirop, Sucre cristallise	
Edam	Edam	Lait et produits à base de lait
Egrené d'agneau	Egréné d'Agneau UE/NZ	
Egrené de poulet	Egréné de poulet VBF	
Egrené de boeuf	Egréné de boeuf VBF	
Emincé d'agneau	Emince d'agneau	
Farfalles mini	Huile colza, Mini Farfalle	Céréales contenant du gluten
Filet de colin	Aiguillette colin alaska	Poisson et produits à base de poisson
Filet de hoki	Filet de hoki s/p s/a	Poisson et produits à base de poisson
Filet de lieu	Queue de colin lieu s/p s/a MSC	Poisson et produits à base de poisson
Filet de poulet	Filet ou escalope de poulet, Huile colza	
Fromage		Lait et produits à base de lait
Fromage blanc nature	Fromage blanc 20% m.g.	Lait et produits à base de lait
Fromage frais à tartiner	Petit moulé nature	Lait et produits à base de lait
Le bon Lorrain Bio	Tomme blanche	Lait et produits à base de lait
Mixé d'agneau	Mixé agneau nature	
Mixé de boeuf	Mixé boeuf France nature	
Mixé de colin	Mixé colin nature	Poisson et produits à base de poisson
Mixé de poulet	Mixé poulet nature	
Mixé de saumon et lieu	Mixé saumon-lieu nature	Poisson et produits à base de poisson
Omelette Bio	Omelette fraîche nature BIO	Oeuf et produits à base d'oeufs
Pain	Pain	Céréales contenant du gluten
Pain 5 céréales et fromage blanc	Pain céréales tranché emballé - 300 gr	Céréales contenant du gluten, Lait et produits à base de lait
Pain au lait	Pain au lait	Céréales contenant du gluten, Lait et produits à base de lait, Oeuf et produits à base d'oeufs
Pamplemousse	Pomelos rose	
Panais	Panais	
Perles de pâtes nature	Perles de pâte	Céréales contenant du gluten
Petits pois à l'anglaise	Petits pois extra fins	
Pommes de terre rissolées	Huile colza, Pomme de terre	
Pommes de terre écrasées nature	Pomme de terre	
Purée lisse de betteraves	Betterave entière cuite	



COMMERCY M.A. Tom Pouce - Menus Du 18/03/2019 au
22/03/2019

Plats	Ingrédients	Allergènes
Purée lisse de carottes	Carotte	
Purée lisse de haricots verts	Haricots vert extra fins	
Purée lisse de panais	Panais	
Purée lisse de petits pois	Petits pois extra fins	
Purée lisse de pommes de terre	Pomme de terre	
Purée moulinée de betteraves	Betterave cube cuite	
Purée moulinée de carottes	Carotte	
Purée moulinée de haricots verts	Haricots vert extra fins	
Purée moulinée de panais	Panais	
Purée moulinée de petits pois	Petits pois très fins	
Quinoa Bio	Huile colza, Quinoa BIO	
Quinoa Bio nature	Quinoa BIO	
Riz	Huile colza, Riz etuvé indica	
Riz nature	Riz etuvé indica	
Sablé de Retz	Sables de retz	Céréales contenant du gluten, Lait et produits à base de lait
Salade de riz provençale (tomate, olive, poivron vert)	Olive noire dénoyautées, Poivron vert, Riz etuvé indica, Tomate	
Salsifis à l'ail et persil	Ail, Salsifis	
Sauce au curry	Ail, Carotte, Crème fraîche épaisse, Curry moulu, Eau du robinet, Farine ble, Huile colza, Navet Rond, Oignon jaune, Oignons, Poireau	Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Céréales contenant du gluten, Lait et produits à base de lait, Moutarde
Sauce façon bolognaise	Ail, Basilic, Concentre de tomates, Farine ble, Huile colza, Oignons, Tomates pelées concassées	Céréales contenant du gluten
Sauce forestière	Ail, Carotte, Eau du robinet, Estragon feuilles, Farine ble, Huile colza, Mélange forestier, Navet Rond, Oignon jaune, Oignons, Persil, Poireau	Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Céréales contenant du gluten
Sauce salade	Citron pulpe s/sucre, Eau du robinet, Huile colza, Moutarde	Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Moutarde
Sauce salade au fromage blanc	Citron pulpe s/sucre, Fromage blanc 20 % m.g., Huile colza, Moutarde ancienne	Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Lait et produits à base de lait, Moutarde
Sauce tomate	Ail, Basilic, Carotte, Concentre de tomates, Eau du robinet, Farine ble, Huile colza, Navet Rond, Oignon jaune, Oignons, Poireau, Tomates pelées concassées	Céréales contenant du gluten
Sauce à l'oseille	Carotte, Crème fraîche épaisse, Eau du robinet, Echalote, Farine ble, Huile colza, Navet Rond, Oignon jaune, Oseille, Poireau, Sel fin	Céréales contenant du gluten, Lait et produits à base de lait
Semoule	Huile colza, Semoule couscous	Céréales contenant du gluten
Semoule nature	Semoule couscous	Céréales contenant du gluten
Suisse nature	Suisse nature 20%	Lait et produits à base de lait
Velouté de haricots verts	Crème fraîche épaisse, Eau du robinet, Haricots verts fins, Pomme de terre	Lait et produits à base de lait
Yaourt nature	Yaourt nature	Lait et produits à base de lait



COMMERCY M.A. Tom Pouce - Repas Du 18/03/2019 au 22/03/2019

Légende: 🐟 Pêche MSC | 🌿 BIO | 🌍 Régional générique |

	1 - OFANTS	2 - PETIOTS	3-BABRES
lun 18/03	Brocolis - Sauce salade Filet de colin 🐟 - Sauce à l'oseille Riz Panais Fromage frais à tartiner Fruit de saison	Filet de colin 🐟 - Purée moulinée de panais Riz nature Fromage frais à tartiner Compote pomme Bio citron 🌿	Mixé de colin Purée lisse de panais ou Purée lisse de carottes Purée lisse de pommes de terre 🌿 🌿 Compote pomme Bio citron 🌿
mar 19/03	Velouté de haricots verts Egréné de boeuf - Sauce façon bolognaise ou Filet de lieu 🐟 - Sauce tomate Salsifis à l'ail et persil Farfalles mini 🌍 🌍 Suisse nature Fruit de saison	Egréné de boeuf - ou Filet de lieu 🐟 - Perles de pâtes nature Purée moulinée de haricots verts Suisse nature Compote pomme Bio 🌿	Mixé de boeuf ou Mixé de saumon et lieu Purée lisse de haricots verts ou Purée lisse de carottes Purée lisse de pommes de terre 🌿 🌿 Compote pomme Bio 🌿
mer 20/03	Pamplemousse Emincé d'agneau - Sauce au curry ou Filet de hoki 🐟 - Sauce au curry Quinoa Bio 🌿 Carottes vapeur Camembert Compote pomme Bio banane 🌿	Egréné d'agneau - ou Filet de hoki 🐟 - Purée moulinée de carottes Quinoa Bio nature 🌿 Camembert Compote pomme Bio banane 🌿	Mixé d'agneau ou Mixé de saumon et lieu Purée lisse de carottes Purée lisse de pommes de terre 🌿 🌿 Compote pomme Bio banane 🌿

Merci de communiquer vos informations supplémentaires par mails ou appel téléphonique. En vous remerciant par avance.



COMMERCY M.A. Tom Pouce - Repas Du 18/03/2019 au 22/03/2019

Légende: 🐟 Pêche MSC | 🌿 BIO | 🏠 Régional générique |

	1 - OFANTS	2 - PETIOTS	3-BABRES
jeu 21/03	Salade de riz provençale (tomate, olive, poivron vert) - Sauce salade Filet de poulet - Sauce forestière ou Filet de colin 🐟 - Sauce forestière Betteraves Semoule Le bon Lorrain Bio 🏠 🌿 Fruit de saison	Egrené de poulet - ou Filet de colin 🐟 - Semoule nature Purée moulinée de betteraves Yaourt nature Compote pomme Bio dattes 🌿	Mixé de poulet ou Mixé de colin Purée lisse de betteraves ou Purée lisse de carottes Purée lisse de pommes de terre 🏠 🌿 Compote pomme Bio dattes 🌿
ven 22/03	Chou blanc râpé - Sauce salade au fromage blanc Omelette Bio 🌿 Pommes de terre rissolées Petits pois à l'anglaise Edam Compote pomme Bio orange 🌿	Omelette Bio 🌿 - Purée moulinée de petits pois Pommes de terre écrasées nature 🏠 Suisse nature Compote pomme Bio orange 🌿	Mixé de saumon et lieu Purée lisse de petits pois ou Purée lisse de carottes Purée lisse de pommes de terre 🏠 🌿 Compote pomme Bio orange 🌿

Merci de communiquer vos informations supplémentaires par mails ou appel téléphonique. En vous remerciant par avance.



COMMERCY M.A. Tom Pouce - Goûters Du 18/03/2019 au 22/03/2019

Légende: BIO | Recette gourmande |

	A- Goûter 3 éléments	B- Goûter 2 éléments	C- Goûter 1 élément
lun 18/03	Compote pomme Bio poire Suisse nature Sablé de Retz	Compote pomme Bio poire Suisse nature	Compote pomme Bio poire
mar 19/03	Compote pomme Bio verveine Fromage Pain	Compote pomme Bio verveine Fromage blanc nature	Compote pomme Bio verveine
mer 20/03	Confiture Tutti Frutti Yaourt nature Pain 5 céréales et fromage blanc	Compote pomme Bio vanille Yaourt nature	Compote pomme Bio vanille
jeu 21/03	Fruit goûter Suisse nature Cake aux agrumes	Compote pomme Bio Suisse nature	Compote pomme Bio
ven 22/03	Fruit goûter Fromage blanc nature Pain au lait	Compote pomme Bio carotte Fromage blanc nature	Compote pomme Bio carotte

Merci de communiquer vos informations supplémentaires par mails ou appel téléphonique. En vous remerciant par avance.



COMMERCY M.A. Tom Pouce - Menus Du 18/03/2019 au
22/03/2019

Plats	Ingrédients	Allergènes
	Carotte, Eau du robinet, Navet, Oignons, Poireau	
Betteraves	Betterave entière cuite	
Brocolis	Brocolis fleurettes	
Cake aux agrumes	Beurre doux, Farine ble, Huile tournesol, Levure chimique, Oeuf entier liquide, Segment de pomelos, Segment d'orange, Sucre semoule	Céréales contenant du gluten, Lait et produits à base de lait, Oeuf et produits à base d'oeufs
Camembert	Camembert 45% m.g.	Lait et produits à base de lait
Carottes vapeur	Carotte	
Chou blanc râpé	Chou blanc, Ciboulette, Echalote	
Compote pomme Bio	Pomme BIO	
Compote pomme Bio banane	Banane, Pomme BIO	
Compote pomme Bio carotte	Carotte, Pomme BIO	
Compote pomme Bio citron	Jus de citron 1 litre, Pomme BIO	
Compote pomme Bio dattes	Dattes, Pomme BIO	
Compote pomme Bio orange	Pomme BIO, Pulco orange	
Compote pomme Bio poire	Poire, Pomme BIO	
Compote pomme Bio vanille	Arome vanille naturelle, Pomme BIO	
Compote pomme Bio verveine	Infus verveine, Pomme BIO	
Confiture Tutti Frutti	Abricots, sucre, Mirabelles sirop, Pêche au sirop, Poires au sirop, Sucre cristallise	
Edam	Edam	Lait et produits à base de lait
Egrené d'agneau	Egréné d'Agneau UE/NZ	
Egrené de poulet	Egréné de poulet VBF	
Egrené de boeuf	Egréné de boeuf VBF	
Emincé d'agneau	Emince d'agneau	
Farfalles mini	Huile colza, Mini Farfalle	Céréales contenant du gluten
Filet de colin	Aiguillette colin alaska	Poisson et produits à base de poisson
Filet de hoki	Filet de hoki s/p s/a	Poisson et produits à base de poisson
Filet de lieu	Queue de colin lieu s/p s/a MSC	Poisson et produits à base de poisson
Filet de poulet	Filet ou escalope de poulet, Huile colza	
Fromage		Lait et produits à base de lait
Fromage blanc nature	Fromage blanc 20% m.g.	Lait et produits à base de lait
Fromage frais à tartiner	Petit moulé nature	Lait et produits à base de lait
Le bon Lorrain Bio	Tomme blanche	Lait et produits à base de lait
Mixé d'agneau	Mixé agneau nature	
Mixé de boeuf	Mixé boeuf France nature	
Mixé de colin	Mixé colin nature	Poisson et produits à base de poisson
Mixé de poulet	Mixé poulet nature	
Mixé de saumon et lieu	Mixé saumon-lieu nature	Poisson et produits à base de poisson
Omelette Bio	Omelette fraîche nature BIO	Oeuf et produits à base d'oeufs
Pain	Pain	Céréales contenant du gluten
Pain 5 céréales et fromage blanc	Pain céréales tranché emballé - 300 gr	Céréales contenant du gluten, Lait et produits à base de lait
Pain au lait	Pain au lait	Céréales contenant du gluten, Lait et produits à base de lait, Oeuf et produits à base d'oeufs
Pamplemousse	Pomelos rose	
Panais	Panais	
Perles de pâtes nature	Perles de pâte	Céréales contenant du gluten
Petits pois à l'anglaise	Petits pois extra fins	
Pommes de terre rissolées	Huile colza, Pomme de terre	
Pommes de terre écrasées nature	Pomme de terre	
Purée lisse de betteraves	Betterave entière cuite	



COMMERCY M.A. Tom Pouce - Menus Du 18/03/2019 au
22/03/2019

Plats	Ingrédients	Allergènes
Purée lisse de carottes	Carotte	
Purée lisse de haricots verts	Haricots vert extra fins	
Purée lisse de panais	Panais	
Purée lisse de petits pois	Petits pois extra fins	
Purée lisse de pommes de terre	Pomme de terre	
Purée moulinée de betteraves	Betterave cube cuite	
Purée moulinée de carottes	Carotte	
Purée moulinée de haricots verts	Haricots vert extra fins	
Purée moulinée de panais	Panais	
Purée moulinée de petits pois	Petits pois très fins	
Quinoa Bio	Huile colza, Quinoa BIO	
Quinoa Bio nature	Quinoa BIO	
Riz	Huile colza, Riz etuvé indica	
Riz nature	Riz etuvé indica	
Sablé de Retz	Sables de retz	Céréales contenant du gluten, Lait et produits à base de lait
Salade de riz provençale (tomate, olive, poivron vert)	Olive noire dénoyautées, Poivron vert, Riz etuvé indica, Tomate	
Salsifis à l'ail et persil	Ail, Salsifis	
Sauce au curry	Ail, Carotte, Crème fraîche épaisse, Curry moulu, Eau du robinet, Farine ble, Huile colza, Navet Rond, Oignon jaune, Oignons, Poireau	Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Céréales contenant du gluten, Lait et produits à base de lait, Moutarde
Sauce façon bolognaise	Ail, Basilic, Concentre de tomates, Farine ble, Huile colza, Oignons, Tomates pelées concassées	Céréales contenant du gluten
Sauce forestière	Ail, Carotte, Eau du robinet, Estragon feuilles, Farine ble, Huile colza, Mélange forestier, Navet Rond, Oignon jaune, Oignons, Persil, Poireau	Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Céréales contenant du gluten
Sauce salade	Citron pulpe s/sucre, Eau du robinet, Huile colza, Moutarde	Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Moutarde
Sauce salade au fromage blanc	Citron pulpe s/sucre, Fromage blanc 20 % m.g., Huile colza, Moutarde ancienne	Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Lait et produits à base de lait, Moutarde
Sauce tomate	Ail, Basilic, Carotte, Concentre de tomates, Eau du robinet, Farine ble, Huile colza, Navet Rond, Oignon jaune, Oignons, Poireau, Tomates pelées concassées	Céréales contenant du gluten
Sauce à l'oseille	Carotte, Crème fraîche épaisse, Eau du robinet, Echalote, Farine ble, Huile colza, Navet Rond, Oignon jaune, Oseille, Poireau, Sel fin	Céréales contenant du gluten, Lait et produits à base de lait
Semoule	Huile colza, Semoule couscous	Céréales contenant du gluten
Semoule nature	Semoule couscous	Céréales contenant du gluten
Suisse nature	Suisse nature 20%	Lait et produits à base de lait
Velouté de haricots verts	Crème fraîche épaisse, Eau du robinet, Haricots verts fins, Pomme de terre	Lait et produits à base de lait
Yaourt nature	Yaourt nature	Lait et produits à base de lait