



COMMERCY M.A. Tom Pouce - Repas Du 02/03/2020 au 06/03/2020

Légende: 🍷 Régional | 🐟 Poisson issu pêche durable MSC | 🌿 BIO

	1 - OFANTS	2 - PETIOTS	3-BABRES
lun 02/03	Radis émincés 🍷 - Sauce salade au fromage blanc Sauté de porc 🍷 - Sauce au paprika ou Aiguillette de colin 🐟 - Sauce au paprika Chou fleur vapeur - Sauce crème Pommes de terre écrasées 🍷 Crème de fromage frais curry Fruit de saison	Egréné de Porc - et bouillon de légumes ou Aiguillette de colin 🐟 - et bouillon de légumes Purée moulinée de chou fleur Pommes de terre écrasées nature 🍷 Crème de fromage frais nature 🍷 Compote pomme Bio poire 🌿	Mixé de porc ou Mixé de colin Purée lisse de chou fleur ou Purée lisse de carottes Purée lisse de pommes de terre Bio 🍷 🌿 Compote pomme Bio poire 🌿
mar 03/03	Carottes râpées - Sauce salade au cumin Quiche chèvre poireaux Tomme de la Vezouze Bio Compote pomme Bio cannelle 🌿	Oeuf dur Bio 🌿 - et bouillon de légumes Purée moulinée de poireaux et carottes Pâtes alphabet nature Suisse nature Compote pomme Bio cannelle 🌿	Mixé de colin Purée lisse de carottes Purée lisse de pommes de terre Bio 🍷 🌿 Compote pomme Bio cannelle 🌿
mer 04/03	Céleri râpé 🍷 - Sauce salade Emincé de bœuf 🍷 - Sauce tajine ou Filet de lieu 🐟 - Sauce tajine Jardinière de légumes Semoule Bio 🌿 Le Bon Lorrain Bio 🌿 🍷 Compote pomme Bio mangue 🌿	Egréné de bœuf - et bouillon de légumes ou Filet de lieu 🐟 - et bouillon de légumes Purée moulinée de jardinière légumes Semoule Bio nature 🌿 Yaourt nature Compote pomme Bio mangue 🌿	Mixé de boeuf ou Mixé de saumon et lieu Purée lisse de jardinière ou Purée lisse de carottes Purée lisse de pommes de terre Bio 🍷 🌿 Compote pomme Bio mangue 🌿





COMMERCY M.A. Tom Pouce - Repas Du 02/03/2020 au 06/03/2020

Légende: 🍷 Régional | 🐟 Poisson issu pêche durable MSC | 🌿 BIO |

	1 - OFANTS	2 - PETIOTS	3-BABRES
jeu 05/03	Endive émincée 🍷 - Sauce salade au miel Filet de saumon 🐟 - Sauce citronnée Haricots verts et haricots beurre persillés Riz créole Bio 🌿 Fromage blanc nature 🍷 Marbré	Filet de saumon 🐟 - et bouillon de légumes Purée moulinée de haricots verts et haricots beurre Riz Bio nature 🌿 Fromage blanc nature 🍷 Compote pomme Bio 🌿	Mixé de saumon et lieu purée lisse haricots verts et haricots beurre ou Purée lisse de carottes Purée lisse de pommes de terre Bio 🍷 🌿 Compote pomme Bio 🌿
ven 06/03	Velouté de betteraves Gratin de coquillettes Bio, brocoli et volaille 🌿 ou Gratin de coquillettes Bio brocoli et bleu 🌿 Munster Bio 🍷 🌿 Banane Bio 🌿	Egréné de dinde - et bouillon de légumes ou Filet de lieu 🐟 - et bouillon de légumes Purée moulinée de brocolis Perles de pâtes nature Munster 🍷 Compote pomme Bio banane 🌿	Mixé de dinde ou Mixé de colin Purée lisse de brocolis ou Purée lisse de carottes Purée lisse de pommes de terre Bio 🍷 🌿 Compote pomme Bio banane 🌿



COMMERCY M.A. Tom Pouce - Goûters Du 02/03/2020 au 06/03/2020

Légende:  BIO |  Régional |

	A- Goûter 3 éléments	B- Goûter 2 éléments	C- Goûter 1 élément
lun 02/03	Compote pomme Bio fleur d'oranger  Yaourt nature Pain au lait	Compote pomme Bio fleur d'oranger  Yaourt nature	Compote pomme Bio fleur d'oranger 
mar 03/03	Fromage blanc nature  - et coulis de poire Fruit goûter Pain 5 céréales et fromage blanc	Compote pomme Bio  Fromage blanc nature	Compote pomme Bio 
mer 04/03	Suisse nature Madeleine Fruit goûter	Compote pomme Bio carotte  Suisse nature	Compote pomme Bio carotte 
jeu 05/03	Compote pomme Bio pruneaux  Fromage Pain spécial	Compote pomme Bio pruneaux  Yaourt nature	Compote pomme Bio pruneaux 
ven 06/03	Fruit goûter Semoule au lait à la vanille	Compote pomme Bio pomelos  Suisse nature	Compote pomme Bio pomelos 



COMMERCY M.A. Tom Pouce - Menus Du 02/03/2020 au
06/03/2020

Plats	Ingrédients	Allergènes
Aiguillette de colin	Colin d'Alaska	Poisson et produits à base de poisson
Banane Bio	Banane	
Carottes râpées	Carotte	
Chou fleur vapeur	Chou fleur	
Compote pomme Bio	Pomme	
Compote pomme Bio banane	Banane, Pomme	
Compote pomme Bio cannelle	Cannelle, Pomme	
Compote pomme Bio carotte	Carotte, Pomme	
Compote pomme Bio fleur d'oranger	Arôme, Pomme	
Compote pomme Bio mangue	Mangue, Pomme	
Compote pomme Bio poire	Poire, Pomme	
Compote pomme Bio pomelos	Pomelos, Pomme	
Compote pomme Bio pruneaux	Pomme, Pruneau	Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l
Crème de fromage frais curry	Crème de fromage	
Crème de fromage frais nature	Crème de fromage	
Céleri râpé	Céleri, Ciboulette	Céleri et produits à base de céleri
Egréné de Porc	Egréné de Porc	
Egréné de boeuf	Egréné de Boeuf	
Emincé de bœuf	Emincé de Boeuf	
Endive émincée	Endive	
Filet de lieu	Colin lieu ou lieu noir	Poisson et produits à base de poisson
Filet de saumon	Saumon	Poisson et produits à base de poisson
Fromage	Petit moulé	Lait et produits à base de lait
Fromage blanc nature	Fromage Blanc	Lait et produits à base de lait
Fromage blanc nature	Fromage Blanc	Lait et produits à base de lait
Fromage blanc nature	Fromage Blanc	Lait et produits à base de lait
Gratin de coquillettes Bio brocoli et bleu	Bleu, Brocoli, Coquillettes, Emmental, Tomate	Céréales contenant du gluten, Lait et produits à base de lait
Gratin de coquillettes Bio, brocoli et volaille	Brocoli, Coquillettes, Emincé de dinde, Emmental, Tomate	Céréales contenant du gluten, Lait et produits à base de lait
Haricots verts et haricots beurre persillés	Haricot beurre, Haricot vert, Persil	
Jardinière de légumes	Mélange de légumes	
Le Bon Lorrain Bio	Tomme	Lait et produits à base de lait
Madeleine	Madeleine	Céréales contenant du gluten, Lait et produits à base de lait, Oeuf et produits à base d'oeufs, Soja et produits en contenant
Marbré	Beurre doux, Cacao, Farine de blé, Huile, Levure chimique, Oeufs liquides entiers, Sucre semoule	Céréales contenant du gluten, Lait et produits à base de lait, Oeuf et produits à base d'oeufs
Mixé de boeuf	Mixé de viande	
Mixé de colin	Mixé de Poisson	Poisson et produits à base de poisson
Mixé de dinde	Mixé de viande	
Mixé de porc	Mixé de viande	
Mixé de saumon et lieu	Mixé de Poisson	Poisson et produits à base de poisson
Munster	Munster	Lait et produits à base de lait
Munster Bio	Munster	Lait et produits à base de lait
Oeuf dur Bio	Oeuf dur	Oeuf et produits à base d'oeufs
Pain 5 céréales et fromage blanc	Pain aux céréales	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
Pain spécial	Pain aux céréales	Céréales contenant du gluten



COMMERCY M.A. Tom Pouce - Menus Du 02/03/2020 au
06/03/2020

Plats	Ingrédients	Allergènes
Perles de pâtes nature	Perles	Céréales contenant du gluten
Pommes de terre écrasées	Pomme de terre	
Pommes de terre écrasées nature	Pomme de terre	
Purée lisse de brocolis	Brocoli	
Purée lisse de carottes	Carotte	
Purée lisse de chou fleur	Chou fleur	
Purée lisse de jardinière	Mélange de légumes	
Purée lisse de pommes de terre Bio	Pomme de terre	
Purée moulinée de brocolis	Brocoli	
Purée moulinée de chou fleur	Chou fleur	
Purée moulinée de haricots verts et haricots beurre	Haricot beurre, Haricot vert	
Purée moulinée de jardinière légumes	Mélange de légumes	
Purée moulinée de poireaux et carottes	Carotte, Poireau	
Pâtes alphabet nature	Alphabet	Céréales contenant du gluten
Quiche chèvre poireaux	Chèvre, Crème fraîche, Oeufs liquides entiers, Pâte feuilletée, Poireau	Céréales contenant du gluten, Lait et produits à base de lait, Oeuf et produits à base d'oeufs
Radis émincés	Persil, Radis	
Riz Bio nature	Riz indica	
Riz créole Bio	Huile, Riz indica	
Sauce au paprika	Ail, Carotte, Eau plate, Farine de blé, Huile, Navet, Oignon, Paprika, Poireau, Poivron rouge, Tomate	Céréales contenant du gluten
Sauce citronnée	Concentré de fruit, Crème fraîche, Échalote, Farine de blé, Huile, Sel fin	Céréales contenant du gluten, Lait et produits à base de lait
Sauce crème	Carotte, Crème fraîche, Eau plate, Échalote, Farine de blé, Huile, Navet, Oignon, Poireau	Céréales contenant du gluten, Lait et produits à base de lait
Sauce salade	Concentré de fruit, Eau du robinet, Huile, Moutarde, Poivre blanc	Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Moutarde
Sauce salade au cumin	Concentré de fruit, Cumin, Eau du robinet, Huile, Moutarde	Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Moutarde
Sauce salade au fromage blanc	Concentré de fruit, Eau du robinet, Fromage Blanc, Huile, Moutarde	Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Lait et produits à base de lait, Moutarde
Sauce salade au miel	Concentré de fruit, Eau du robinet, Huile, Miel, Moutarde	Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Moutarde
Sauce tajine	Ail, Carotte, Courgette, Cumin, Curry, Eau plate, Farine de blé, Huile, Navet, Oignon, Poireau, Raz El Hanout	Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Céréales contenant du gluten
Sauté de porc	Sauté de porc	
Semoule Bio nature	Semoule de blé	Céréales contenant du gluten
Semoule au lait à la vanille	Arôme, Lait de vache, Semoule de blé, Sucre semoule	Céréales contenant du gluten, Lait et produits à base de lait
Semoule Bio	Huile, Semoule de blé	Céréales contenant du gluten
Suisse nature	Fromage Blanc	Lait et produits à base de lait
Tomme de la Vezouze Bio	Tomme	Lait et produits à base de lait
Velouté de betteraves	Betterave, Crème fraîche, Pomme de terre	Lait et produits à base de lait
Yaourt nature	Yaourt nature	Lait et produits à base de lait
et bouillon de légumes	Carotte, Eau plate, Navet, Oignon, Poireau	



COMMERCY M.A. Tom Pouce - Menus Du 02/03/2020 au
06/03/2020

Plats	Ingrédients	Allergènes
et coulis de poire	Eau plate, Poire, Sucre semoule	
purée lisse haricots verts et haricots beurre	Haricot beurre, Haricot vert	



COMMERCY M.A. Tom Pouce - Repas Du 09/03/2020 au 13/03/2020

Légende: Poisson issu pêche durable MSC | Régional | BIO |

	1 - OFANTS	2 - PETIOTS	3-BABRES
lun 09/03	<p>Mousse d'artichaut Sauté de veau - Sauce à la Normande ou <i>Aiguillette de colin</i> - Sauce à la Normande Navets et carottes braisés Boulghour Yaourt brassé nature Bio </p>	<p>Egréné de veau - et bouillon de légumes ou <i>Aiguillette de colin</i> - et bouillon de légumes Purée moulinée de carottes et navets Boulghour Bio nature Fromage blanc nature Compote pomme Bio </p>	<p>Mixé de veau ou <i>Mixé de saumon et lieu</i> Purée lisse de pommes de terre Bio Purée lisse de carottes Compote pomme Bio </p>
mar 10/03	<p>Avocat Filet de lieu - Sauce au thym Epinards hachés à la béchamel Pommes de terre vapeur Edam Bio Compote pomme Bio banane </p>	<p>Filet de lieu - et bouillon de légumes Purée moulinée d'épinards Pommes de terre écrasées nature Yaourt nature Compote pomme Bio banane </p>	<p>Mixé de colin Purée lisse d'épinards ou <i>Purée lisse de carottes</i> Purée lisse de pommes de terre Bio Compote pomme Bio banane </p>
mer 11/03	<p>Salade de perles de pâtes, maïs et tomate - Sauce salade Filet de poulet - Sauce au curry ou <i>Omelette Bio</i> Haricots plats persillés Riz créole Bio Bleu Kiwi Bio </p>	<p>Egréné de poulet - et bouillon de légumes ou <i>Omelette Bio</i> Purée moulinée de haricots plats Riz Bio nature Suisse nature Compote pomme Bio verveine </p>	<p>Mixé de poulet ou <i>Mixé de saumon et lieu</i> Purée lisse de haricots plats ou <i>Purée lisse de carottes</i> Purée lisse de pommes de terre Bio Compote pomme Bio verveine </p>



COMMERCY M.A. Tom Pouce - Repas Du 09/03/2020 au 13/03/2020














Légende: Poisson issu pêche durable MSC | Régional | BIO |

	1 - OFANTS	2 - PETIOTS	3-BABRES
jeu 12/03	Velouté de chou fleur Parmentier de boeuf, pommes de terre, céleri, carottes ou Parmentier de carotte au fromage Camembert Bio Fruit de saison	Egréné de boeuf - et bouillon de légumes ou Filet de lieu - et bouillon de légumes Purée moulinée de carottes Purée de pommes de terre nature Camembert Bio Compote pomme Bio kiwi	Mixé de boeuf ou Mixé de colin Purée lisse de carottes Purée lisse de pommes de terre Bio Compote pomme Bio kiwi
ven 13/03	Pomelos Dos de cabillaud - Sauce à l'oseille Panais Semoule Bio Saint Nectaire Compote pomme Bio vanille	Dos de cabillaud - et bouillon de légumes Purée moulinée de panais Semoule Bio nature Saint Nectaire Compote pomme Bio vanille	Mixé de saumon et lieu Purée lisse de panais ou Purée lisse de carottes Purée lisse de pommes de terre Bio Compote pomme Bio vanille



COMMERCY M.A. Tom Pouce - Goûters Du 09/03/2020 au 13/03/2020

Légende:  BIO |

	A- Goûter 3 éléments	B- Goûter 2 éléments	C- Goûter 1 élément
lun 09/03	Compote pomme Bio poire  Suisse nature Sablé de Retz	Compote pomme Bio poire  Suisse nature	Compote pomme Bio poire 
mar 10/03	Fruit goûter Fromage blanc nature Cake au chocolat	Compote pomme Bio ananas  Fromage blanc nature	Compote pomme Bio ananas 
mer 11/03	Compote pomme Bio betteraves  Emmental Pain de campagne	Compote pomme Bio betteraves  Yaourt nature	Compote pomme Bio betteraves 
jeu 12/03	Compote pomme Bio  Lait entier Corn flakes	Compote pomme Bio  Fromage blanc nature	Compote pomme Bio 
ven 13/03	Confiture Tutti Frutti Suisse nature Pain 5 céréales et fromage blanc	Compote pomme Bio banane  Suisse nature	Compote pomme Bio banane 



COMMERCY M.A. Tom Pouce - Menus Du 09/03/2020 au
13/03/2020

Plats	Ingrédients	Allergènes
Aiguillette de colin	Colin d'Alaska	Poisson et produits à base de poisson
Avocat	Avocat	
Bleu	Bleu	Lait et produits à base de lait
Boulghour	Boulgour, Huile	Céréales contenant du gluten
Boulghour Bio nature	Boulgour	Céréales contenant du gluten
Cake au chocolat	Beurre doux, Cacao, Farine de blé, Huile, Levure chimique, Oeufs liquides entiers, Sucre semoule	Céréales contenant du gluten, Lait et produits à base de lait, Oeuf et produits à base d'oeufs
Camembert Bio	Camembert	Lait et produits à base de lait
Compote pomme Bio	Pomme	
Compote pomme Bio ananas	Ananas, Pomme	
Compote pomme Bio banane	Banane, Pomme	
Compote pomme Bio betteraves	Betterave, Pomme	
Compote pomme Bio kiwi	Kiwi, Pomme	
Compote pomme Bio poire	Poire, Pomme	
Compote pomme Bio vanille	Arôme, Pomme	
Compote pomme Bio verveine	Infusion, Pomme	
Confiture Tutti Frutti	Abricot, Mirabelles, Pêche, Poire, Sucre cristal	
Corn flakes		Céréales contenant du gluten
Dos de cabillaud	Cabillaud	Poisson et produits à base de poisson
Edam Bio	Edam	Lait et produits à base de lait
Egréné de poulet	Egréné de poulet	
Egréné de boeuf	Egréné de Boeuf	
Egréné de veau	Egréné de Veau	
Emmental	Emmental	Lait et produits à base de lait
Epinards hachés à la béchamel	Beurre doux, Epinard, Farine de blé, Lait de vache	Céréales contenant du gluten, Lait et produits à base de lait
Filet de lieu	Colin lieu ou lieu noir	Poisson et produits à base de poisson
Filet de poulet	Filet de poulet	
Fromage blanc nature	Fromage Blanc	Lait et produits à base de lait
Fromage blanc nature	Fromage Blanc	Lait et produits à base de lait
Haricots plats persillés	Haricot plat, Persil	
Kiwi Bio	Kiwi	
Lait entier	Lait de vache	Lait et produits à base de lait
Mixé de boeuf	Mixé de viande	
Mixé de colin	Mixé de Poisson	Poisson et produits à base de poisson
Mixé de poulet	Mixé de viande	
Mixé de saumon et lieu	Mixé de Poisson	Poisson et produits à base de poisson
Mixé de veau	Mixé de viande	
Mousse d'artichaut	Ail, Artichaut, Fromage Blanc, Huile, Jus de fruit	Lait et produits à base de lait
Navets et carottes braisés	Carotte, Navet, Oignon	
Omelette Bio	Omelette	Lait et produits à base de lait, Oeuf et produits à base d'oeufs
Pain 5 céréales et fromage blanc	Pain aux céréales	Céréales contenant du gluten, Lait et produits à base de lait
Pain de campagne	Pain aux céréales	Céréales contenant du gluten
Panais	Panais	
Parmentier de boeuf, pommes de terre, céleri, carottes	Ail, Basilic, Carotte, Céleri, Egréné de Boeuf, Farine de blé, Herbes de provence, Huile, Oignon, Pomme de terre, Sel fin, Tomate	Céleri et produits à base de céleri, Céréales contenant du gluten
Parmentier de carotte au fromage	Carotte, Creme fraiche, Emmental, Pomme de terre	Lait et produits à base de lait
Pomelos	Pomelos	



COMMERCY M.A. Tom Pouce - Menus Du 09/03/2020 au
13/03/2020

Plats	Ingrédients	Allergènes
Pommes de terre vapeur	Huile, Pomme de terre	
Pommes de terre écrasées nature	Pomme de terre	
Purée de pommes de terre nature	Pomme de terre	
Purée lisse d'épinards	Epinard	
Purée lisse de carottes	Carotte	
Purée lisse de haricots plats	Haricot plat	
Purée lisse de panais	Panais	
Purée lisse de pommes de terre Bio	Pomme de terre	
Purée moulinée d'épinards	Epinard	
Purée moulinée de carottes	Carotte	
Purée moulinée de carottes et navets	Carotte, Navet	
Purée moulinée de haricots plats	Haricot plat	
Purée moulinée de panais	Panais	
Riz Bio nature	Riz indica	
Riz créole Bio	Huile, Riz indica	
Sablé de Retz	Biscuit sablé	Céréales contenant du gluten, Lait et produits à base de lait
Saint Nectaire	Saint Nectaire	Lait et produits à base de lait
Salade de perles de pâtes, maïs et tomate	Maïs, Perles, Tomate	Céréales contenant du gluten
Sauce au curry	Ail, Carotte, Crème fraîche, Curry, Eau plate, Farine de blé, Huile, Navet, Oignon, 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 au thym	Ail, Carotte, Eau plate, Farine de blé, Huile, Navet, Oignon, Poireau, Thym	Céréales contenant du gluten, Lait et produits à base de lait
Sauce salade	Concentré de fruit, Eau du robinet, Huile, Moutarde, Poivre blanc	Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Moutarde
Sauce à l'oseille	Carotte, Crème fraîche, Eau plate, Échalote, Farine de blé, Huile, Navet, Oignon, Oseille, Poireau, Sel fin	Céréales contenant du gluten, Lait et produits à base de lait
Sauce à la Normande	Carotte, Champignon de Paris, Crème fraîche, Eau plate, Échalote, Farine de blé, Huile, Oignon, Poireau	Céréales contenant du gluten, Lait et produits à base de lait
Sauté de veau	Sauté de veau	
Semoule Bio nature	Semoule de blé	Céréales contenant du gluten
Semoule Bio	Huile, Semoule de blé	Céréales contenant du gluten
Suisse nature	Fromage Blanc	Lait et produits à base de lait
Velouté de chou fleur	Chou fleur, Crème fraîche, Pomme de terre	Lait et produits à base de lait
Yaourt brassé nature Bio	Yaourt nature	Lait et produits à base de lait
Yaourt nature	Yaourt nature	Lait et produits à base de lait
et bouillon de légumes	Carotte, Eau plate, Navet, Oignon, Poireau	