

# Les suggestions du mois de Septembre

DU 01 AU 30 SEPTEMBRE

## LES ENTRÉES

Salade italienne\* **C**  
Carpaccio courgette et aubergine grillées  
Quiche chèvre épinards **A - B - C**

## LES PLATS

Aiguillette de poulet crème champignons **C**  
Crevettes tandoori **E - F**  
Boeuf braisé au vin blanc

## LES GARNITURES

Riz pilaf aux brocolis  
Crozets **C**  
Purée pomme de terre et patate douce **C**

## LES DESSERTS

Moelleux aux fruits rouges **A - B - C**  
Tiramisù aux mirabelles **A - B - C**  
Fontainebleau coulis abricot romarin **C**

\* Jambon cru, mozzarella di buffala, artichaut..

### Liste des allergènes :

A: Gluten  
B: Oeufs  
C: Lactose  
D: Soja

E: Noix de coco  
F: Poisson, Crustacés

### Origine des viandes:

Volaille: France Label Rouge (fermier)  
Boeuf: France  
Porc: France

Agneau: Irlande  
Veau: France - Auvergne Rhône Alpes



ATTENTION, LES SUGGESTIONS PEUVENT VARIER EN FONCTION DU MARCHÉ ET DES ARRIVAGES.