



# Menu de la Semaine

CANTINE DE NAJAC

## LUNDI 04 SEPTEMBRE

Melon et pastèque [5]  
steak haché [4] frites  
glace

## MARDI 05 SEPTEMBRE

salade de tomate et de concombre [6]  
Rôti de porc [2]  
Petit-pois carotte  
fruits [5]

## JEUDI 07 SEPTEMBRE

Friand au fromage  
Lasagnes végétariennes aux courgettes [6]  
Compote de fruits [5]

## VENDREDI 08 SEPTEMBRE

Quiche aux légumes [6] de saison  
filet de colin sauce beurre blanc  
Riz pilaf  
Assiette de fromage [5]

### PRODUITS LOCAUX

1- Ferme coeur de vache (bio) - Castanet  
2- Ferme du Py- Najac  
3- CEE des sources- les poulets de Gilles (bio) - Najac  
4- GAEC Lafon - Ginals.  
5- Aux prés d'ici (bio)- La Fouillade  
6- Les clefs du sol (bio)- Najac  
Pain de la boulangerie Delmur (Najac) et pain bio du fournil de la chouette (Montels)  
Pommes du verger communal



# Menu de la Semaine

CANTINE DE NAJAC

## LUNDI 11 SEPTEMBRE

salade composée [6]  
Spaghettis bolognaise [4] bio  
Fruits [5]

## MARDI 12 SEPTEMBRE

Crêpes au fromage  
Gratin d'épinards et pommes de terre [5]  
Glace

## JEUDI 14 SEPTEMBRE

Carottes râpées [6]  
Poulet rôti [3] / haricots verts persillés  
Brownies maison

## VENDREDI 15 SEPTEMBRE

Salade de tomate [6]  
Fish and chips / Gnocchi  
Assiette de fromage [5]

### PRODUITS LOCAUX

1- Ferme coeur de vache (bio) - Castanet

2- Ferme du Py- Najac

3- CEE des sources- les poulets de Gilles (bio) - Najac

Pain de la boulangerie Delmur (Najac) et pain bio du fournil de la chouette (Montells)

Pommes du verger communal

4- GAEC Lafon - Ginals.

5- Aux prés d'ici (bio)- La Fouillade

6- Les clefs du sol (bio)- Najac



# Menu de la Semaine

CANTINE DE NAJAC

## LUNDI 18 SEPTEMBRE

Friand au fromage  
Ratatouille [6] / blé (BIO)  
Crème dessert

## MARDI 19 SEPTEMBRE

Salade de concombre [6]  
Boulettes de viande / Semoule  
Fromage blanc [1]

## JEUDI 21 SEPTEMBRE

Salade [6] de fromage  
Saucisse[2] / Flageolet  
Fruits [5]

## VENDREDI 22 SEPTEMBRE

Salade composée [6]  
Rôti de porc [2] / Pomme noisette  
Yaourt à boire

### PRODUITS LOCAUX

1- Ferme coeur de vache (bio) - Castanet

2- Ferme du Py- Najac

3- CEE des sources- les poulets de Gilles (bio) - Najac

Pain de la boulangerie Delmur (Najac) et pain bio du fournil de la chouette (Monteils)

Pommes du verger communal

4- GAEC Lafon - Ginals.

5- Aux prés d'ici (bio)- La Fouillade

6- Les clefs du sol (bio)- Najac

# Menu de la Semaine

CANTINE DE NAJAC

## LUNDI 25 SEPTEMBRE

Melon [5] Jambon cru

Pizza : fromage / chèvre miel / Jambon / Poulet

Accompagnée d'une salade verte [6]

Compote de fruits [5]

## MARDI 26 SEPTEMBRE

Samoussas de légumes

Penne [bio] à la sauce tomate et aux aubergines [6]

Beignets au chocolat

## JEUDI 28 SEPTEMBRE

Salade de taboulé [6]

Brochettes de poulet / Gratin de courgettes [5]

Petit-suisse

## VENDREDI 29 SEPTEMBRE

Crêpes au fromage

Poisson pané / Carottes vichy

Fruits [5]

### PRODUITS LOCAUX

1- Ferme coeur de vache (bio) - Castanet

2- Ferme du Py- Najac

3- CEE des sources- les poulets de Gilles (bio) - Najac

Pain de la boulangerie Delmur (Najac) et pain bio du fournil de la chouette (Monteils)

Pommes du verger communal

4- GAEC Lafon - Ginals.

5- Aux prés d'ici (bio)- La Fouillade

6- Les clefs du sol (bio)- Najac



# Menu de la Semaine

CANTINE DE NAJAC

## LUNDI 02 OCTOBRE

Carotte [6] râpée et betterave

Lentilles [bio] Saucisse [2]

Flamby

## MARDI 03 OCTOBRE

Salade Aveyronnaise [6]

Filet de merlu aux fines herbes / Gratin de chou-  
fleur

Fruits [5]

## JEUDI 05 OCTOBRE

Salade méli-mélo

Cannelloni [bio] aux épinard ricotta

Poire belle-hélène

## VENDREDI 06 OCTOBRE

Feuilleté aux légumes

dos de cabillaud sauce hollandaise / poêlée de  
légumes [6]

Yaourt bio [1]

### PRODUITS LOCAUX

1- Ferme coeur de vache (bio) - Castanet

2- Ferme du Py- Najac

3- CEE des sources- les poulets de Gilles (bio) - Najac

Pain de la boulangerie Delmur (Najac) et pain bio du fournil de la chouette (Monteils)

Pommes du verger communal

4- GAEC Lafon - Ginals.

5- Aux prés d'ici (bio)- La Fouillade

6- Les clefs du sol (bio)- Najac

# Menu de la Semaine

CANTINE DE NAJAC

## LUNDI 09 OCTOBRE

Salade verte [5]  
Chipolatas[2] / Gratin dauphinois  
Compote de fruits [5]

## MARDI 10 OCTOBRE

Friand au fromage  
Omelette [bio] / Carotte vichy  
Mousse au chocolat

## JEUDI 12 OCTOBRE

Tomate [6] et mozzarella  
Boeuf bourguignon [4] / Riz  
Fruits [5]

## VENDREDI 13 OCTOBRE

betterave / carotte [6]  
Tagliatelle [bio] à la carbonara  
Assiette de fromage [5]

### PRODUITS LOCAUX

1- Ferme coeur de vache (bio) - Castanet

2- Ferme du Py- Najac

3- CEE des sources- les poulets de Gilles (bio) - Najac

Pain de la boulangerie Delmur (Najac) et pain bio du fournil de la chouette (Montells)

Pommes du verger communal

4- GAEC Lafon - Ginals.

5- Aux prés d'ici (bio)- La Foullade

6- Les clefs du sol (bio)- Najac



# Menu de la Semaine

CANTINE DE NAJAC

## LUNDI 16 OCTOBRE

Soupe de vermicelles  
Saucisse [2] / Sauté de courgette [6] au curry et  
blé  
Crème dessert

## MARDI 17 OCTOBRE

Velouté de légumes [5]  
Tajine de légume [6] / Semoule  
Fromage blanc [1]

## JEUDI 19 OCTOBRE

Salade de betterave concombre [6] et radis rose  
[5]  
Poulet rôti [3] / Purée de petit pois cassé [5]  
Fruits [5]

## VENDREDI 20 OCTOBRE

Salade composée [6]  
Steak haché [4] / Frites  
Glace

### PRODUITS LOCAUX

1- Ferme coeur de vache (bio) - Castanet

2- Ferme du Py- Najac

3- CEE des sources- les poulets de Gilles (bio) - Najac

Pain de la boulangerie Delmur (Najac) et pain bio du fournil de la chouette (Monteils)

Pommes du verger communal

4- GAEC Lafon - Ginals.

5- Aux prés d'ici (bio)- La Fouillade

6- Les clefs du sol (bio)- Najac