



Cantine de Saint-Sulpice-d'Arnoult

MENUS du MOIS DE NOVEMBRE 2026



	Lundi 2 novembre 2026	Mardi 3 novembre 2026	Jeudi 5 novembre 2026	Vendredi 6 novembre 2026
Entrée	Tartine de rosette-beurre (1)	 Velouté aux trois légumes	 Betteraves aux pommes (10)	 Soupe de potimarron
Plat	Filet de poisson pané (1-4)	 Sauté de poulet	 Blanquette de veau (7-9)	 Lasagnes aux légumes (1-7)
Laitage	Duo d'haricots	 Blé <i>Bio</i> aux herbes (1)	 Riz créole	 Yaourt <i>Local</i> (7)
Dessert	Fromage -Fruit (7)	Entremet vanille /chocolat (7)	Fromage - Fruit (7)	(la Ferme de Candé)
	Lundi 9 novembre 2026	Mardi 10 novembre 2026	Jeudi 12 novembre 2026	Vendredi 13 novembre 2026
Entrée	Bouillon de poule vermicelles	 Céleri rémoulade (3-10)	 Mouliné de poireaux pommes de terre	 Toast de rillettes <i>Local</i> (1)
Plat	Jambon grillé	 Grosses saucisses <i>Local</i>	 Semoule <i>Bio</i> (1)	 Filet de poisson <i>Local</i> (4)
Laitage	 Flageolets <i>Local</i>	 Lentilles (15)	 Légumes couscous	Poêlée campagnarde
Dessert	Liégeois chocolat (7)	 Gâteau aux pommes (3)	Fromage - Fruit (7)	Crème dessert (7)
	Lundi 16 novembre 2026	Mardi 17 novembre 2026	Jeudi 19 novembre 2026	Vendredi 20 novembre 2026
Entrée	Maquereaux moutarde	 Carottes râpées - surimi (10)	 Soupe de légumes	 Pissaladière (1)
Plat	 Boulettes de volaille	 Tartiflette (7-12)	Normandin de veau	Gratin de légumes de saison à la tomme ((7-10)
Laitage	 Petits pois carottes	Salade verte	Coquillettes (1)	 Moelleux à l'orange (3)
Dessert	Fromage - Fruit	Salade de fruits de saison	 Yaourt <i>Local</i> (la Vache Charentaise) (7)	
	Lundi 23 novembre 2026	Mardi 24 novembre 2026	Jeudi 26 novembre 2026	Vendredi 27 novembre 2026
Entrée	 Salade composée	 Velouté de légumes	 Oeuf mayonnaise	 Salade de chou blanc - carottes (3-10)
Plat	Saucisses de volaille	 Cordon bleu végétarien	 Rôti de dinde	 Filet de poisson <i>Local</i> d'Oléron (4)
Laitage	 Chou-fleur - brocolis	 Purée de pommes de terre	 Haricots blancs à la tomate	 Gratin de poireaux (7)
Dessert	 Fromage Blanc <i>Local</i>	Fromage - Fruit	Petit pot de crème spéculos	 Compote de fruit
	Lundi 30 novembre 2026	Mardi 1 décembre 2026	Jeudi 3 décembre 2026	Vendredi 4 décembre 2026
Entrée	Feuilleté Dubarry	 Velouté de maraîcher	 Betterave - feta (7)	 Soupe de saison
Plat	 Sauté de porc moutarde	 Tagliatelles aux deux saumons (1-4-7-12)	Steak-haché de boeuf	 Omellette au fromage (3-7)
Laitage	 Haricots beurre à l'ail		Poêlée paysanne	 Pommes de terre boulangères
Dessert	Crème dessert	Yaourt <i>Local</i> (Pot de Vache) (7)	Ile flottante (3-7)	Petit suisse aux Fruits (7)

Légende :



Issu de l'agriculture biologique



Indication Géographique Protégée (IGP)



Fait maison



Appellation d'Origine Protégée (AOP)



Menu végétarien



Haute Valeur Environnemental



Produit local

(x-x) Allergènes - Voir tableau joint

INFORMATION SUR LA PRÉSENCE D'ALLERGÈNES À DÉCLARATION OBLIGATOIRE

NOVEMBRE 2026

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
	Gluten	Crustacés	Œufs	Poissons	Arachides	Soja	Lait	Fruits à coque	Céleri	Moutarde	Sésame	Sulfites	Lupin	Mollusques	Trace de pois
Menu du jour															
Lundi 2 novembre 2026	☒	☐	☐	☒	☐	☐	☒	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Mardi 3 novembre 2026	☒	☐	☐	☐	☐	☐	☒	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Jeudi 5 novembre 2026	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☒	☐	☒	☒	☐	☐	☐	☐	☐
Vendredi 6 novembre 2026	☒	☐	☐	☐	☐	☐	☒	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Lundi 9 novembre 2026	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☒	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Mardi 10 novembre 2026	☐	☐	☒	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☒	☐	☐	☐	☐	☒
Jeudi 12 novembre 2026	☒	☐	☐	☐	☐	☐	☒	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Vendredi 13 novembre 2026	☒	☐	☐	☒	☐	☐	☒	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Lundi 16 novembre 2026	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Mardi 17 novembre 2026	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☒	☐	☐	☒	☐	☒	☐	☐	☐
Jeudi 19 novembre 2026	☒	☐	☐	☐	☐	☐	☒	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Vendredi 20 novembre 2026	☒	☐	☒	☐	☐	☐	☒	☐	☐	☒	☐	☐	☐	☐	☐
Lundi 23 novembre 2026	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Mardi 24 novembre 2026	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Jeudi 26 novembre 2026	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Vendredi 27 novembre 2026	☐	☐	☒	☒	☐	☐	☒	☐	☐	☒	☐	☐	☐	☐	☐
Lundi 30 novembre 2026	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Mardi 1 décembre 2026	☒	☐	☐	☒	☐	☐	☒	☐	☐	☐	☐	☒	☐	☐	☐
Jeudi 3 décembre 2026	☐	☐	☒	☐	☐	☐	☒	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Vendredi 4 décembre 2026	☐	☐	☒	☐	☐	☐	☒	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

1. Céréales contenant du gluten (blé, seigle, orge, avoine, etc.)	9. Céleri et produits à base de céleri
2. Crustacés et produits à base de crustacés	10. Moutarde et produits à base de moutarde
3. Œufs et produits à base d'œufs	11. Graines de sésame et produits à base de graines de sésame
4. Poissons et produits à base de poissons	12. Anhydride sulfureux et sulfites (>10 mg/kg ou l)
5. Arachides et produits à base d'arachides	13. Lupin et produits à base de lupin
6. Soja et produits à base de soja	14. Mollusques et produits à base de mollusques
7. Lait et produits à base de lait(y compris lactose)	15. Peut contenir des traces de pois
8. Fruits à coque (amandes, noisettes, noix, etc.)	

Selon le règlement INCO - UE : 1169/201
 Pour affichage mural dans les lieux de prise des repas
 Il est possible d'être allergique à des aliments non présents dans la liste des 14 allergènes à déclaration obligatoire.

www.opti-marche.com