



Cantine de Saint-Sulpice-d'Arnoult

MENUS du MOIS DE SEPTEMBRE 2026



	Lundi 31 août 2026	Mardi 1 septembre 2026	Jeudi 3 septembre 2026	Vendredi 4 septembre 2026
Entrée		 Melon Charentais	Salade de tomates	Taboulé
Plat		Spaghettis à la tomate et basilic (1) Parmesan-emmental râpés (7)	Escalope de dinde à la crème (7-12) Duo d'haricots verts et beurre	Poisson d'oléron (4) Chou romanesco
Laitage		Fromage blanc sucré (7)	Fromage (1)	
Dessert			Raisin	Mousse au chocolat (7)
	Lundi 7 septembre 2026	Mardi 8 septembre 2026	Jeudi 10 septembre 2026	Vendredi 11 septembre 2026
Entrée		Concombre à la crème	Filet de maquereau (4-5-9-10)	 Salade de riz
Plat	 Chipolatas	Sauté de veau grand-mère (9-10-12) Semoule (1)	Steack haché de bœuf Petis pois carottes (15)	Pizza au fromage (1-5-7) Salade verte
Laitage	 Yaourt La Ferme de Candé (1)	Fromage (1)		
Dessert		Fruit	Entremets chocolat / biscuit (1-3-7)	Compote maison
	Lundi 14 septembre 2026	Mardi 15 septembre 2026	Jeudi 17 septembre 2026	Vendredi 18 septembre 2026
Entrée	Tartine de rillettes de poulet	 Salade de tomates - feta (5-7-10)	Œuf mayonnaise (3-5-10)	Crêpe au fromage (1-7)
Plat	 Jambon grillé Blé bio aux petits légumes	Riz basmati Haricots blancs cuisinés	Aiguillettes de poulet panées (1-3-5) Poêlée de légumes (15)	 Poisson d'Oléron (4)
Laitage	Fromage		Poêlée de légumes (15)	 Carottes / poireaux à la crème (1)
Dessert	Fruit	Panna cotta aux fruits rouges (1)	Petit pot de glace vanille/fraise (1)	 Yaourt La Vache Charentaise (1)
	Lundi 21 septembre 2026	Mardi 22 septembre 2026	Jeudi 24 septembre 2026	Vendredi 25 septembre 2026
Entrée	Cervelas vinaigrette	Betteraves	 Concombres / tomates	 Toast de chèvre chaud (1)
Plat	 Boulettes d'agneau Boulqour	Sauté de porc Gratin de pommes de terre / courgettes (1-7)	Purée de légumes (7)	Omelette ciboulette (3-7) Pommes de terre au four
Laitage	Fromage		Yaourt aromatisé (1)	
Dessert	Fruit	Flan pâtissier à la vanille (1-3-7)		Salade de fruits frais
	Lundi 28 septembre 2026	Mardi 29 septembre 2026	Jeudi 1 octobre 2026	Vendredi 2 octobre 2026
Entrée	Salade de perles au thon (3-4-5-10)	 Salade de chou blanc (3-5-10)		
Plat	Paupiette de veau (3-5-6-9-10) Poêlée printanière (15)	Méli-mélo de pâtes au fromage (1-7) Salade verte		
Laitage	Fromage (1)			
Dessert	Fruit	 Compote maison		

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

SEPTEMBRE 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 31 août 2026	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Mardi 1 septembre 2026	☒	☐	☐	☐	☐	☐	☒	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Jeudi 3 septembre 2026	☒	☐	☐	☐	☐	☐	☒	☐	☐	☐	☐	☒	☐	☐	☐
Vendredi 4 septembre 2026	☐	☐	☐	☒	☐	☐	☒	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Lundi 7 septembre 2026	☒	☐	☐	☐	☒	☐	☐	☐	☒	☒	☐	☐	☐	☐	☐
Mardi 8 septembre 2026	☒	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☒	☒	☐	☒	☐	☐	☐
Jeudi 10 septembre 2026	☒	☐	☒	☒	☒	☐	☒	☐	☒	☒	☐	☐	☐	☐	☒
Vendredi 11 septembre 2026	☒	☐	☐	☐	☒	☐	☒	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Lundi 14 septembre 2026	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Mardi 15 septembre 2026	☒	☐	☐	☐	☒	☐	☒	☐	☐	☒	☐	☐	☐	☐	☐
Jeudi 17 septembre 2026	☒	☐	☒	☐	☒	☐	☐	☐	☐	☒	☐	☐	☐	☐	☒
Vendredi 18 septembre 2026	☒	☐	☐	☒	☐	☐	☒	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Lundi 21 septembre 2026	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Mardi 22 septembre 2026	☒	☐	☒	☐	☐	☐	☒	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Jeudi 24 septembre 2026	☒	☐	☐	☐	☐	☐	☒	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Vendredi 25 septembre 2026	☒	☐	☒	☐	☐	☐	☒	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Lundi 28 septembre 2026	☒	☐	☒	☒	☒	☒	☐	☐	☒	☒	☐	☐	☐	☐	☒
Mardi 29 septembre 2026	☒	☐	☒	☐	☒	☐	☒	☐	☐	☒	☐	☐	☐	☐	☐
Jeudi 1 octobre 2026	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Vendredi 2 octobre 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