



MENUS '4 SAISONS' | DU 22 AVRIL 2024 AU 19 MAI 2024 |

Menu alternatif - Déjeuner

Du 22 avr. au 28 avr.

Du 29 avr. au 05 mai

Du 06 mai au 12 mai

Du 13 mai au 19 mai

LUNDI

Omelette du chef
Purée de panais
Lou mirabel
Fruit **BIO** de saison



Salade de pâtes **BIO**
Rigolo au fromage
Choux fleurs persillés
Fruit **BIO** de saison



Macédoine mayonnaise
Pavé fromager
Purée de pommes de terre
Crème au Caramel



Salade de Choux **BIO**
Tortellini épinards sauce tomate et râpé
Fruit **BIO** de saison



MARDI

Aiguillettes panée de blé et emmental
Poêlée provençale
Yaourt nature **BIO**
Gâteau aux amandes et coco



Picaussel sauce tomate
Lentilles **BIO**
Saint paulin **BIO**
Compote de poires **BIO**



Salade de quinoa
Galette végétale
Haricots verts **BIO** persillés
Fruit **BIO** de saison



Taboulé **BIO** du chef
Aiguillettes panée de blé et emmental
Légumes façon wok
Flan vanille nappé caramel



MERCREDI

Betteraves **BIO** en salade
Tajine de pois chiches
Semoule **BIO**
Flan chocolat



Filet de lieu sauce ciboulette
Coquillettes **BIO**
Coulommiers **BIO**
Compote pomme fraise



JEUDI

Céleri râpé frais **BIO** sauce cocktail
Filet de colin à la crème
Coquillettes
Fruit **BIO** de saison



Haricots rouges sauce 4 épices
Pommes vapeur
Camembert **BIO**
Crème à la vanille



Salade verte **BIO**
Fishburger
Potatoes
Brownies du chef



VENDREDI

Salade de blé à l'orientale
Boulettes tomate mozzarella
Carottes **BIO** persillées
Compote de pommes **BIO**



Salade de tomates **BIO**
Filet de colin meunière
Courgettes basquaise
Eclair au chocolat



Crêpe au fromage
Tortillas pomme de terre et oignons
Ratatouille du chef
Fruit **BIO** de saison



RECETTE ANTI-GASPI'

Un moyen de lutter contre le gaspillage alimentaire !

10M de tonnes d'aliments sont jetés par an. Pour limiter ce gaspillage, voici une idée de recette à faire chez vous :

CHIPS D'ÉPLUCHURES DE LÉGUMES



Ingrédients :

- Epluchures de légumes
- Huile d'olive
- Epices de votre choix : paprika, cumin, herbes, ail...
- Sel

Préparation :

- Rincer les épluchures
- Ajouter l'assaisonnement
- Ajouter un filet d'huile d'olive sur le tout
- Enfourner 15 min à 200°C

PLUS QU'À VOUS RÉGALER !





MENUS '4 SAISONS' | DU 20 MAI 2024 AU 16 JUIN 2024 |

Menu alternatif - Déjeuner

Du 20 mai au 26 mai

Du 27 mai au 02 juin

Du 03 juin au 09 juin

Du 10 juin au 16 juin

LUNDI

Filet de colin sauce oseille
Purée de pommes de terre
Gouda
Compote pomme fraise

Tomate en salade
Filet de colin aux herbes de provence
Semoule **BIO**
Glace petit pot

Melon
Haricots rouges à la tomate
Blé aux petits légumes
Crème pralinée

MARDI

Salade de pâtes **BIO**
Calamars à la romaine et citron
Haricots verts persillés
Yaourt nature **BIO**

Lentille **BIO** en salade
Boulettes tomate mozzarella
Beignets de salsifs
Fruit **BIO** de saison

Pastèque
Œuf dur
Salade de pâtes
Compote pomme framboise

Tomate Croc'sel
Poisson pané et citron
Gratin d'aubergines fraiche et pommes de terre
Fruit **BIO** de saison

MERCREDI

Concombre **BIO** en salade
Omelette aux fines herbes
Pommes de terre sautées
Compote pommes abricots

Pavé fromager
Carottes sautées aux oignons
Tomme des Pyrénées
Gâteau du chef aux pommes

Carottes râpées **BIO**
Nuggets végétal
Poêlée gourmande (pommes de terre, courgettes et pois gourmands)
Tarte au flan

Aiguillettes panée de blé et emmental
Semoule **BIO**
Saint paulin **BIO**
Compote de pommes **BIO**

JEUDI

Pois chiches aux légumes de couscous
Semoule **BIO**
Tomme blanche
Glace bâtonnet

Salade de tomates **BIO**
Picaussel sauce tomate
Torti **BIO**
Crème dessert **BIO**

Lentilles à la tomate
Macaronis **BIO** et fromage râpé
Brie **BIO**
Fruit **BIO** de saison

Friand au fromage
Omelette du chef
Courgettes persillées
Fruit **BIO** de saison

VENDREDI

Aiguillettes panée de blé et emmental
Courgettes persillées
Crème anglaise
Gâteau au chocolat du chef

Salade mexicaine (haricots blanc et rouges, maïs)
Tortillas pomme de terre et oignons
Petits pois **BIO** à la barigoule
Fruit **BIO** de saison

Taboulé **BIO** du chef
Galette végétale
Ratatouille du chef
Yaourt nature **BIO**

Œuf dur mayonnaise
Macédoine de légumes
Yaourt aromatisé **BIO**
Gâteau aux pépites de chocolat du chef

RECETTE ANTI-GASPI'

Un moyen de lutter contre le gaspillage alimentaire !

10M de tonnes d'aliments sont jetés par an. Pour limiter ce gaspillage, voici une idée de recette à faire chez vous :

CHIPS D'ÉPLUCHURES DE LÉGUMES



Ingrédients :

- Epluchures de légumes
- Huile d'olive
- Epices de votre choix : paprika, cumin, herbes, ail...
- Sel

Préparation :

- Rincer les épluchures
- Ajouter l'assaisonnement
- Ajouter un filet d'huile d'olive sur le tout
- Enfourner 15 min à 200°C

PLUS QU'À VOUS RÉGALER !





Menu alternatif - Déjeuner

Du 17 juin au 23 juin

Du 24 juin au 30 juin

Du 01 juil. au 07 juil.

LUNDI

Taboulé **BIO** du chef
Boulettes tomate mozzarella
Haricots verts **BIO** persillés
Yaourt nature



Lentille **BIO** en salade
Aiguillettes panée de blé et emmental
Ratatouille du chef
Fruit **BIO** de saison



Betteraves en salade (stock de secours)
Œuf dur mayonnaise
Salade de haricots verts **BIO** (accompagnement)
Fruit **BIO** de saison



MARDI

Salade verte **BIO**
Quenelle à la sauce tomate
Riz **BIO** pilaf
Flan vanille nappé caramel



Galette végétale
Potatoes et ketchup
Vache qui rit **BIO**
Compote de pommes maison



Salade niçoise appertisée 220g (stock de secours)
Tomme grise d'Auvergne
Compote de pommes et galette ST Michel (stock de secours)



MERCREDI

Salade de blé **BIO**
Tortillas pomme de terre et oignons
Printanière de légumes
Petit suisse sucré



Haricots rouges à la tomate
Macaronis **BIO** et fromage râpé
Coulommiers **BIO**
Crème dessert **BIO**



Concombre **BIO** en salade
Filet de poisson aux épices tandoori
Pommes de terre sautées
Glace petit pot



JEUDI

Surimi
Salade de pâtes
Chanteneige **BIO**
Compote pommes pêche
Mayonnaise



Tomate à la Ciboulette
Moquecca de poisson à la brésilienne
Riz **BIO** pilaf
Petit suisse sucré



Nuggets végétal
Aubergines et courgettes fraîches en gratin
Fromage blanc **BIO** aromatisé
Muffin au chocolat



VENDREDI

Concombre en salade
Pois chiches aux légumes de couscous
Semoule **BIO**
Glace bâtonnet



Betteraves en salade
Pavé fromager
Carottes fraîches sautées
Gâteau au yaourt du chef



Tomates **BIO** croc'sel
Hot dog végétarien
Chips
Petit Filou tubes



RECETTE ANTI-GASPI'

Un moyen de lutter contre le gaspillage alimentaire !

10M de tonnes d'aliments sont jetés par an. Pour limiter ce gaspillage, voici une idée de recette à faire chez vous :

CHIPS D'ÉPLUCHURES DE LÉGUMES



Ingrédients :

- Epluchures de légumes
- Huile d'olive
- Epices de votre choix : paprika, cumin, herbes, ail...
- Sel

Préparation :

- Rincer les épluchures
- Ajouter l'assaisonnement
- Ajouter un filet d'huile d'olive sur le tout
- Enfourner 15 min à 200°C

PLUS QU'À VOUS RÉGALER !

