



Menu sans viande 5 - 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

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

Salade de pâtes
Rigolo au fromage
Choux fleurs persillés
Fromage fondu le carré
Fruit **BIO** de saison

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

Salade de chou fleur vinaigrette
Tortellini épinards sauce tomate et râpé
Yaourt nature
Fruit **BIO** de saison

MARDI

Salade de saison
Aiguillettes panée de blé et emmental
Poêlée provençale
Yaourt nature
Gâteau aux amandes et coco

Carottes râpées **BIO**
Picaussel sauce tomate
Lentilles au jus
Saint paulin
Compote de poires

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

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

JEUDI

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

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

Salade de saison
Fishburger
Potatoes
Philadelphia
Brownies du chef

VENDREDI

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

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

Crêpe au fromage
Tortillas pomme de terre et oignons
Ratatouille du chef
Petit suisse **BIO** aromatisé
Fruit 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 sans viande 5 - 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

Radis rondelles
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**
Lou mirabel
Glace en pot



Melon
Haricots rouges à la tomate
Blé aux petits légumes
P'tit cottentin nature
Crème pralinée



MARDI

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



Salade de lentilles aux échalotes
Boulettes tomate mozzarella
Beignets de salsifs
Petit suisse **BIO** aromatisé
Fruit **BIO** de saison



Pastèque
Œuf dur
Salade de pâtes
Chantailou
Compote pomme framboise



Tomate Croc'sel
Poisson pané et citron
Gratin d'aubergines fraîche et pommes de terre
Petit suisse sucré
Fruit **BIO** de saison



JEUDI

Macédoine mayonnaise
Pois chiches aux légumes de couscous
Semoule
Tomme blanche
Glace bâtonnet



Salade de tomates **BIO**
Picaussel sauce tomate
Tortis
Tartare nature
Crème à la vanille



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



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



VENDREDI

Oeuf dur mayonnaise
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 au jus
Yaourt nature
Fruit **BIO** de saison



Taboulé **BIO** du chef
Galette végétale
Ratatouille du chef
Yaourt nature **BIO**
Fruit de saison



Salade verte **BIO**
Galette végétale
Poêlée de légumes et pâtes
Yaourt aromatisé
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 sans viande 5 - 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 persillés
Yaourt nature
Fruit de saison



Salade de lentilles
Aiguillettes panée de blé et emmental
Ratatouille du chef
Edam
Fruit **BIO** de saison



Betteraves en salade
Œuf dur mayonnaise
Salade de haricots verts
P'tit cottenin nature
Fruit de saison

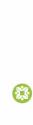


MARDI

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



Radis croc'sel et beurre
Galette végétale
Potatoes et ketchup
Vache qui rit **BIO**
Compote de pomme cassis



Salade verte **BIO**
Salade niçoise appertisée 220g (PG)
Tomme grise d'Auvergne
Compote de pommes et galette ST Michel



JEUDI

Pastèque
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
Ananas frais



Macédoine mayonnaise
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**
Emmental
Glace bâtonnet



Betteraves en salade
Pavé fromager
Carottes fraîches sautées
Yaourt nature **BIO**
Gâteau au yaourt du chef



Tomate Croc'sel
Hot dog végétarien
Chips
Petit Filou tubes
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 !

