



MENUS '4 SAISONS' | DU 04 SEPTEMBRE 2023 AU 22 OCTOBRE 2023

Menu standard

	Du 04 sept. au 10 sept.	Du 11 sept. au 17 sept.	Du 18 sept. au 24 sept.	Du 25 sept. au 01 oct.
LUNDI	<ul style="list-style-type: none"> <li>Tomate en salade</li> <li>Tortellini épinards sauce tomate et râpé</li> <li>Vache picon</li> <li>Compote de pommes <b>BIO</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Salade de haricots verts</li> <li>Boulettes de bœuf au jus</li> <li>Blé <b>BIO</b></li> <li>Yaourt nature</li> <li>Fruit <b>BIO</b> de saison</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Friand au fromage</li> <li>Omelette du chef</li> <li>Poêlée campagnarde</li> <li>Tomme noire</li> <li>Fruit <b>BIO</b> de saison</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Melon <b>BIO</b></li> <li>Boulettes d'agneau sauce orientale</li> <li>Riz pilaf</li> <li>Fromage les Fripons</li> <li>Compote de poires</li> </ul>
MARDI	<ul style="list-style-type: none"> <li>Salade de pépinettes</li> <li>Rôti de porc au jus</li> <li>Carottes fraîches sautées</li> <li>Saint paulin</li> <li>Fruit <b>BIO</b> de saison</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Melon</li> <li>Tortillas pomme de terre et oignons</li> <li>Poêlée arlequin</li> <li>Vache qui rit <b>BIO</b></li> <li>Mousse au chocolat</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Oeuf dur mayonnaise</li> <li>Steak haché sauce barbecue</li> <li>Courgettes persillées</li> <li>Fromage fondu de Brebis</li> <li>Donuts</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Concombre sauce Bulgare</li> <li>Nuggets végétal</li> <li>Pommes paillason</li> <li>Coulommiers</li> <li>Fruit <b>BIO</b> de saison</li> <li>Ketchup</li> </ul>
JEUDI	<ul style="list-style-type: none"> <li>Salade de saison</li> <li>Sauté de veau à la moutarde</li> <li>Semoule</li> <li>Coulommiers</li> <li>Flan vanille nappé caramel</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Taboulé</li> <li>Poisson pané et citron</li> <li>Carottes fraîches sautées</li> <li>Lou mirabel</li> <li>Fruit <b>BIO</b> de saison</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Salade verte <b>BIO</b></li> <li>Sauté de boeuf bourguignon</li> <li>Choux fleurs persillés</li> <li>Chanteneige</li> <li>Gâteau au yaourt du chef</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Salade de brocolis vinaigrette</li> <li>Filet de colin basquaise</li> <li>Purée de pommes de terre</li> <li>Fromage blanc aromatisé</li> <li>Fruit <b>BIO</b> de saison</li> </ul>
VENDREDI	<ul style="list-style-type: none"> <li>Betteraves en salade</li> <li>Filet de poisson sauce provençale</li> <li>Riz camarguais <b>BIO</b></li> <li>Yaourt nature sucré</li> <li>Fruit <b>BIO</b> de saison</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Radis rondelles</li> <li>Rôti de dinde à l'italienne</li> <li>Purée de pommes de terre</li> <li>Chanteneige <b>BIO</b></li> <li>Fruit de saison</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Macédoine mayonnaise</li> <li>Seiches à l'armoricaine</li> <li>Pommes vapeur</li> <li>Fromage blanc nature</li> <li>Fruit <b>BIO</b> de saison</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Salade de perles marines</li> <li>Rôti de porc aux olives</li> <li>Haricots verts <b>BIO</b> persillés</li> <li>Edam</li> <li>Flan vanille nappé caramel</li> </ul>

La PYRAMIDE ALIMENTAIRE



Les 7 grandes familles alimentaires :

- L'eau
- Les céréales
- Les fruits et légumes
- Les laitages
- La viande, le poisson, les œufs
- Les matières grasses
- Les sucreries





MENUS '4 SAISONS' | DU 04 SEPTEMBRE 2023 AU 22 OCTOBRE 2023

Menu standard

Du 02 oct. au 08 oct.

Du 09 oct. au 15 oct.

Du 16 oct. au 22 oct.

LUNDI

Radis rondelles  
Pavé fromager  
Légumes façon wok  
P'tit cottentin nature  
Compote pomme fraise

Tortillas et houmous  
Omelette du chef  
Riz camarguais  
Yaourt nature + brisures de biscuit  
Fruit **BIO** de saison

Salade de blé à la tomate  
Rôti de porc au jus  
Carottes fraîches sautées  
Yaourt nature **BIO**  
Fruit de saison

MARDI

Salade mexicaine (haricots blanc et rouges, maïs)  
Emincé de volaille au jus  
Epinards branches et croûtons  
Saint paulin  
Fruit **BIO** de saison

Betteraves en salade  
Pilons de poulet rôti  
Haricots verts **BIO** persillés  
Mimolette  
Donut rose

Salade verte **BIO**  
Tortellini épinards sauce tomate et râpé  
Emmental  
Compote de pommes **BIO**

JEUDI

Salade de tomates  
Paupiette de veau au jus  
Ratatouille et riz  
Petit suisse **BIO** aromatisé  
Gâteau aux pépites de chocolat du chef

Cake du chef à la tomate  
Filet de colin au pesto  
Beignets de salsifs  
Plateau de fromages  
Crème dessert **BIO**

Macédoine mayonnaise  
Boulettes de bœuf au jus  
Riz pilaf  
Brie  
Fruit **BIO** de saison

VENDREDI

Crêpe au fromage  
Filet de hoki sauce julienne  
Pommes vapeur  
Yaourt nature **BIO**  
Fruit **BIO** de saison

Dips de carottes sauce fromage blanc  
Viande de volaille choucroute  
Chou braisé / Pommes de terre  
Tomme des Pyrénées  
Fruit **BIO** de saison

Salade de pâtes  
Hoki sauce provençale  
Purée de courgettes  
P'tit cottentin nature  
Fougasse à la fleur d'oranger

La PYRAMIDE ALIMENTAIRE



Les 7 grandes familles alimentaires :

L'eau  
Les céréales  
Les fruits et légumes  
Les laitages  
La viande, le poisson, les œufs  
Les matières grasses  
Les sucreries

