



MENUS '4 SAISONS' | DU 02 OCTOBRE 2023 AU 22 OCTOBRE 2023

Menu Classique

Du 02 oct. au 08 oct.

Du 09 oct. au 15 oct.

Du 16 oct. au 22 oct.

LUNDI

Salade de choux fleur vinaigrette  
Filet de colin à l'estragon  
Pommes de terre sautées  
P'tit cottentin nature  
Compote de pommes **BIO**

**I** Taboulé  
**I** Rôti de porc au jus  
**I** Carottes fraîches sautées  
Edam  
**I** Fruit **BIO** de saison

**I** Tortillas et houmous  
**I** Dahl de lentilles corail  
**I** Riz camarguais **BIO**  
Yaourt nature **BIO**  
**I** Fruit de saison

MARDI

Salade mexicaine (haricots blanc et rouges, maïs)  
Boulettes de bœuf au jus  
Choux braisés  
Saint paulin  
Mousse au chocolat

**I** Salade verte **BIO**  
**I** Tortellini ricotta épinards  
Emmental  
Liégeois au chocolat

**I** Betteraves en salade  
Merguez à l'orientale  
Pâtes tricolores  
Mimolette  
Beignet à la framboise

MERCREDI

Duo d'haricots en salade  
Sauce carbonara aux lardons \*  
Macaronis **BIO** et fromage râpé  
Tomme blanche  
Fruit **BIO** de saison

**I** Chou chinois en salade  
**I** Cordon bleu  
Haricots verts **BIO** persillés  
Petit suisse aromatisé  
**I** Gâteau aux pépites de chocolat du chef

**I** Salade de saison  
Tajine de bœuf aux fruits secs  
**I** Semoule  
Coulommiers  
**I** Fruit de saison

JEUDI

Tomate en salade  
Sauté de boeuf aux oignons  
Ratatouille et riz  
Petit suisse sucré  
Fruit **BIO** de saison

**I** Macédoine mayonnaise  
**I** Cabillaud sauce provençale  
**I** Riz pilaf  
P'tit cottentin nature  
**I** Fruit **BIO** de saison

**I** Cake du chef à la tomate  
Assortiment de viandes (choucroute)  
**I** Choux (choucroute) et pommes vapeur  
Plateau de fromages  
**I** Fruit **BIO** de saison

VENDREDI

Mousse de foie et cornichon  
Tortillas pomme de terre et oignons  
Légumes façon wok  
Yaourt nature **BIO**  
Fougasse à la fleur d'oranger du chef

**I** Salade de coquillettes  
**I** Paupiette de veau au jus  
**I** Chou fleur à la béchamel  
Brie  
**I** Fruit **BIO** de saison

**I** Friand au fromage  
**I** Rillettes de thon individuelle (x2)  
**I** Légumes en bâtonnet  
Tartare nature  
**I** Mousse au chocolat

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

