



MENUS '4 SAISONS' | DU 26 FÉVRIER 2024 AU 24 MARS 2024

Menu sans porc - Déjeuner

Du 26 févr. au 03 mars

Du 04 mars au 10 mars

Du 11 mars au 17 mars

Du 18 mars au 24 mars

LUNDI

Potage dubarry  
Tortellini ricotta épinards  
Yaourt nature  
Fruit **BIO** de saison



Taboulé **BIO** du chef  
Nuggets végétal  
Choux fleurs persillés  
Vache picon  
Fruit de saison



Friand au fromage  
Sauté de boeuf aux oignons  
Carottes **BIO** persillées  
Yaourt nature  
Fruit de saison



Macédoine mayonnaise  
Sauté de volaille aux olives  
Purée aux 3 légumes  
Lou mirabel  
Flan chocolat



MARDI

Salade de saison  
Poisson pané et citron  
Pommes de terre persillées  
Lou mirabel  
Crème au chocolat



Velouté d'épinards  
Boulettes d'agneau au jus  
Tortis  
Brie  
Compote de pommes **BIO**



Velouté de légumes du chef  
Filet de colin MSC à l'estragon  
Boullghour **BIO**  
Mimolette  
Fruit de saison



Céleri râpé frais **BIO** sauce cocktail  
Croq veggie au fromage  
Farfalles à la tomate  
Tomme blanche  
Compote de pommes



MERCREDI

Crêpe au fromage  
Sauté de Volaille Marengo  
Semoule **BIO**  
Yaourt aromatisé  
Fruit **BIO** de saison



Salade de saison  
Emincé de volaille à la mexicaine  
Riz pilaf  
Tortilla de blé  
Gouda  
Crème au Caramel



Salade de pâtes **BIO**  
Cordon bleu  
Poireaux frais et Pommes de terre  
béchamel  
Fromage fondu le carré  
Flan vanille



Duo de choux **BIO**  
Paëlla Poulet  
Tartare nature  
Crème catalane du chef



JEUDI

Salade coleslaw  
Saucisse de volaille  
Lentilles au jus  
Chanteneige **BIO**  
Gâteau aux pépites de chocolat du chef



Carottes râpées **BIO** au citron  
Blanquette de poisson  
Brunoise de légumes frais (carottes, navets, céleri)  
Petit suisse **BIO** aromatisé  
Gâteau au yaourt du chef



Salade iceberg  
Pois chiches aux légumes de couscous  
Semoule **BIO**  
Plateau de fromages  
Compote pomme banane



Salade de lentilles aux échalotes  
Filet de colin sauce citron  
Carottes **BIO** persillées  
Yaourt nature  
Fruit de saison



VENDREDI

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 porc - Déjeuner

Du 25 mars au 31 mars

Du 01 avr. au 07 avr.

LUNDI

Radis émincés  
Emincé de volaille à la crème  
Semoule **BIO**  
Vache picon  
Compote de pommes



MARDI

Chou blanc **BIO** en salade  
Jambon de volaille  
Coquillettes **BIO**  
Fromage râpé  
Fruit de saison



Betteraves **BIO** en salade  
Sauce bolognaise  
Pâtes **BIO**  
Carré frais  
Flan vanille



MERCREDI

Maïs en salade  
Crêpe au fromage  
Haricots verts **BIO** persillés  
Yaourt nature  
Fruit de saison



Salade de boulghour **BIO**  
Filet de lieu sauce citron  
Poêlée de légumes frais et champignons  
Petit suisse aromatisé  
Fruit de saison



VENDREDI

Carottes râpées fraîches  
Filet de colin sauce tomate  
Blé  
Petit suisse **BIO** aromatisé  
Gâteau de Pâques Maison  
Oeufs de Pâques en chocolat



Salade verte **BIO**  
Chili végétarien  
Riz pilaf  
Camembert  
Compote de pommes



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 !

