

MENUS '4 SAISONS' | DU 5 JANVIER 2026 AU 1 FÉVRIER 2026 |

Menu standard 5 - Déjeuner

Du 05 janv. au 11 janv.

Du 12 janv. au 18 janv.

Du 19 janv. au 25 janv.

Du 26 janv. au 01 févr.

LUNDI

 Carottes râpées vinaigrette
 Gnocchis aux petits pois, épinards et pesto
 Vache picon
 Fruits BIO de saison

VÉGÉTARIEN

 Salade de lentilles BIO
 Cubes de poisson blanc aux 3 céréales
 Chou fleur à la béchamel
 Petit suisse sucré
 Fruits BIO de saison

 Salade de pois chiches BIO
 Picoussel sauce tomate
 Poêlée cordiale
 Yaourt Nature
 Fruit

 Salade de saison
 Assortiment de charcuteries*
 Pommes vapeur et fromage à raclette
 Fruit

RACLETTE

MARDI

 Taboulé BIO
 Sauté de porc au jus
 Brocolis persillés
 Camembert
 Crème à la vanille

 Salade verte BIO
 Curry de pois chiches BIO, tomate et carottes
 Semoule BIO
 Brie
 Compote pomme pêche

 Salade de haricots verts
 Cordon bleu
 Potatoes et ketchup
 Bûchette mélangée
 Flan vanille nappé caramel

 Velouté de petits pois
 Risotto de coquillettes BIO dès de volaille du chef
 Vache qui rit BIO
 Compote pomme fraise

MERCREDI

 Potage de potiron
 Filet de poisson sauce armoricaine
 Riz camarguais BIO
 Tomme de Lozère
 Fruits BIO de saison

 Velouté de légumes du chef
 Hachi Camarguais du chef
 Tomme de Savoie
 Crème au chocolat

 Carottes râpées vinaigrette
 Tajine de poisson
 Semoule BIO
 Edam
 Compote pomme abricot

 Salade de lentilles aux échalotes
 Omelette BIO au fromage
 Epinards branches et croûtons
 Fromage blanc nature
 Fruits BIO de saison


VÉGÉTARIEN

VENDREDI

 Salade de saison
 Paupiette de veau au jus
 Purée aux 3 légumes
 Petit suisse BIO aromatisé
 Galette des Rois

 Betteraves en salade
 Viande cassoulet
 Haricots blancs à la tomate
 Fromage blanc sucré
 Fruits BIO de saison

 Salade de pâtes
 Steak haché au jus
 Choux fleurs persillés
 Chanteneige BIO
 Tarte aux pommes

 Macédoine mayonnaise
 Stifado de boeuf (local)
 Carottes BIO persillées
 Yaourt aromatisé
 Gâteau aux amandes et coco


EPIPHANIE

PRATIQUE JE ME REPÈRE DANS LE MENU

LOCAL

DU CHEF

LABELS (EGALIM)

SOUS RÉSERVE DE MODIFICATIONS



RECETTE ANTI-GASPL'

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



Ingédients :

- Epluchures de légumes
- Huile d'olive
- Epices de votre choix : paprika, curcuma, 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 2 FÉVRIER 2026 AU 22 FÉVRIER 2026 |

Menu standard 5 - Déjeuner

Du 02 fevr. au 08 fevr.

Du 09 fevr. au 15 fevr.

Du 16 fevr. au 22 fevr.

LUNDI

Crêpe au fromage
Calamars à la romaine et citron
Chou fleur à la béchamel
Plateau de fromages
Crêpe au chocolat

 CHANDELEUR

Salade de lentilles **BIO**
Nugget's de volaille
Petits pois au jus
Camembert
Fruits **BIO** de saison



Salade de saison **BIO**
Torsade HVE sauce tomate, basilic et fromage
Edam **BIO**
Fruit

 VÉGÉTARIEN

MARDI

Betteraves **BIO** en salade
Sauté de volaille à la crème
Beignets de salsifis
Vache qui rit **BIO**
Liégeois au chocolat



Rosette et cornichons
Filet de colin sauce oseille
Pommes vapeur
Petit suisse **BIO** aromatisé
Fruit



Nems aux légumes
Sauté de porc nature
Légumes façon wok
Mimolette
Compote pomme fraise

 CHINOIS

MERCREDI

Salade de pois chiches
Sauté de boeuf bourguignon
Brocolis braisés
Petit suisse sucré
Gâteau du chef au yaourt



Salade de chou chinois sauce sucrée salée
Colombo de volaille
Coquillettes **BIO**
Encalat du larzac
Compote pomme banane



Salpicao (carottes, maïs, céleri, pomme)
Feijao con arroz (bolognaise de boeuf et haricot rouge)
Riz camarguais **BIO**
Petit suisse **BIO** aromatisé
Bolo de fuba du chef

 CARNAVAL DE RIO

VENDREDI

Salade de saison
Chili végétarien **BIO**
Riz camarguais **BIO**
Lou mirabel
Compote de poires



Céleri rémoulade
Crique au Cantal
Haricots verts persillés
Yaourt nature **BIO**
Gâteau du chef framboise et speculoos



Taboulé **BIO**
Blanquette de poisson
Carottes fraîches aux petits oignons
Brie
Flan vanille nappé caramel



PRATIQUE JE ME REPÈRE DANS LE MENU



LOCAL



DU CHEF



LABELS (EGALIM)

SOUS RÉSERVE DE MODIFICATIONS

RECETTE ANTI-GASPL'

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 !

