



MENUS '4 SAISONS' | DU 08 JANVIER 2024 AU 18 FÉVRIER 2024 |

Menu standard - Déjeuner

Du 08 janv. au 14 janv.

Du 15 janv. au 21 janv.

Du 22 janv. au 28 janv.

Du 29 janv. au 04 févr.

LUNDI

Betteraves **BIO** en salade  
Raviolis ricotta épinards sauce tomate  
Fromage le carré  
Fruit de saison



Salade parmentière du chef  
Poisson meunière  
Épinards branches et croûtons  
Bûchette mélangée  
Fruit de saison

Céleri râpé **BIO** vinaigrette  
Curry de lentilles  
Purée de courges **BIO**  
Fromage les Fripons  
Barre bretonne



Salade de lentilles **BIO** à la vinaigrette d'échalote  
SV : Pané de bl" tomate mozzarella  
Ballotine de volaille (Repas froid)  
Poêlée bretonne **BIO** (Chou fleur, brocolis)  
Petite tomme **BIO** du Trièves  
Fruit de saison

MARDI

Salade de riz  
Paupiette de veau au jus SV : Crêpe au fromage  
Petits pois  
Camembert  
Compote de pommes coings



Salade de blé à l'orientale  
Pizza au fromage  
Salade verte (accompagnement)  
Saint nectaire AOP  
Flan chocolat



Chou blanc en salade  
Boulettes de bœuf sauce tomate  
Spaghetti SV : Boulettes de soja  
Emmental  
Crème à la vanille



Salade d'endives **BIO**  
Filet de colin sauce nantua  
Riz pilaf  
Saint paulin **BIO**  
Compote de pommes **BIO**

MERCREDI

JEUDI

Taboulé **BIO** du chef  
Omelette **BIO**  
Poêlée d'haricots verts  
Carré du Trièves **BIO**  
Fruit **BIO** de saison



Salade coleslaw  
Cordon bleu SV : Nuggets végétal  
Polenta sauce tomate  
Chanteneige **BIO**  
Gâteau du chef aux pommes



Salade verte fraîche  
Assortiment de Charcuterie \*  
Pommes vapeur SV : Coeur de Merlu sauce crème  
Fromage à raclette  
Compote de pommes **BIO**



Jokaï Bableves (soupe de haricots blancs)  
SV : filet de poisson sauce anissé  
Goulash Hongrois  
Purée de pommes de terre  
Yaourt nature **BIO**  
Fruit de saison

VENDREDI

Salade verte fraîche SV : Aiguillettes panées de blé  
Sauté de bœuf à l'ancienne  
Carottes sautées aux oignons  
Yaourt nature **BIO**  
Galette des Rois



Velouté de légumes du chef  
Jambon blanc et beurre SV : Quenelles sauce béchamel  
Gratin de chou fleur et pomme de terre **BIO**  
Petit suisse aromatisé  
Fruit **BIO** de saison



Salade de riz  
Filet de lieu sauce ciboulette  
Poêlée d'haricots verts **BIO**  
Yaourt nature  
Fruit de saison



Carottes râpées au citron  
Crêpe au fromage  
Épinards hachés à la crème  
Brie  
Crêpe fraîche sucrée

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





BIEN MANGER en restauration collective

C'est possible !

MENUS '4 SAISONS' | DU 08 JANVIER 2024 AU 18 FÉVRIER 2024 |

Menu standard - Déjeuner

Du 05 févr. au 11 févr.

Du 12 févr. au 18 févr.

LUNDI

Salade d'haricots verts et maïs  
Calamar à la romaine  
Pommes noisettes  
Vache qui rit **BIO**  
Fruit de saison



Betteraves **BIO** en salade  
Chili végétarien  
Riz créole  
Verchicors  
Fruit de saison



MARDI

Rillettes de thon du chef et Tortillas chips  
Tajine de Poulet - SV : Couscous végétal  
Semoule **BIO**  
Yaourt nature **BIO**  
Flan vanille



Salade Arlequin (carottes, salade verte, maïs)  
Poisson pané  
Chou fleur **BIO** frais persillé  
Fromage ail et fines herbes  
Beignet au chocolat



MERCREDI

JEUDI

Potage crecy  
Raviolis épinards sauce verte **BIO**  
Bûche du pilat  
Fruit de saison



Salade de pois chiches à l'italienne  
Sauté de volaille au paprika - SV : Omelette  
Petits pois **BIO** au jus  
Fromage blanc nature  
Fruit **BIO** de saison



VENDREDI

Salade de chou chinois sauce sucrée salée  
Sauté de Porc au Caramel - SV : Nems de légumes  
Légumes façon wok  
Chanteneige **BIO**  
Rocher au coco



Chou blanc en salade  
Steack haché au jus - SV : Pavé fromager  
Frites  
Camembert  
Compote de poires **BIO**



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



LOCAL



DU CHEF



LABELS (EGALIM)