



MENUS '4 SAISONS' | DU 04 MARS 2024 AU 31 MARS 2024

Menu standard - Déjeuner

	Du 04 mars au 10 mars	Du 11 mars au 17 mars	Du 18 mars au 24 mars	Du 25 mars au 31 mars
LUNDI	<p>Taboulé</p> <p>Nuggets végétal</p> <p>Petits pois et carottes au jus</p> <p>Chanteneige BIO</p> <p>Fruit de saison</p>	<p>Salade de pommes de terre</p> <p>Sauté de boeuf aux oignons SV : Pavé fromager</p> <p>Carottes BIO persillées</p> <p>Mimolette</p> <p>Compote pomme framboise</p>	<p>Macédoine mayonnaise</p> <p>Boulettes de blé façon thaï</p> <p>Farfalles à la tomate</p> <p>Verchicors BIO</p> <p>Flan chocolat</p>	<p>Radis en salade sauce fromage blanc</p> <p>Emincé de volaille à la crème SV : Steak végétal</p> <p>Pommes de terre rissolées</p> <p>Vache picon</p> <p>Compote de pommes BIO</p>
MARDI	<p>Carottes râpées BIO au citron</p> <p>Saucisse de volaille BIO au jus SV : Omelette</p> <p>Purée de pommes de terre BIO</p> <p>Brie</p> <p>Compote de pommes BIO</p>	<p>Salade iceberg</p> <p>Filet de poisson sauce corail</p> <p>Riz BIO</p> <p>Yaourt nature</p> <p>Fruit de saison</p>	<p>Céleri râpé frais BIO sauce cocktail</p> <p>Sauté de porc aux olives SV : Poisson pané</p> <p>Purée 3 légumes du chef</p> <p>Tomme blanche</p> <p>Banane</p>	<p>Chou blanc BIO en salade</p> <p>Jambon blanc et beurre SV : Oeuf dur</p> <p>Coquillettes BIO</p> <p>Saint paulin BIO</p> <p>Fruit BIO de saison</p>
MERCREDI				
JEUDI	<p>Salade verte fraîche</p> <p>Macaronis au saumon</p> <p>Petit suisse BIO aromatisé</p> <p>Barre bretonne</p>	<p>Salade de pâtes BIO</p> <p>Chipolatas au jus SV : Omelette au fromage</p> <p>Gratin de poireaux frais et pommes de terre</p> <p>Fromage le carré</p> <p>Flan vanille</p>	<p>Salade verte BIO</p> <p>Paëlla Poulet SV : Paëlla poisson</p> <p>Tartare nature</p> <p>Crème catalane du chef</p>	<p>Carottes râpées fraîches</p> <p>Boulettes d'agneau sauce tomate</p> <p>Flageolets au jus SV : Coline sauce tomate</p> <p>Petit suisse BIO aromatisé</p> <p>Gâteau de Pâques Maison</p> <p>Oeufs de Pâques en chocolat</p>
VENDREDI	<p>Soupe à l'orientale</p> <p>Emincé de volaille à la mexicaine et sa galette SV : Galette à la mexicaine</p> <p>Riz créole</p> <p>Gouda</p> <p>Crème au Caramel</p>	<p>Salade de haricots verts</p> <p>Légumes couscous et pois chiches</p> <p>Semoule BIO</p> <p>Bleu d'Auvergne AOP</p> <p>Fruit de saison</p>	<p>Duo de choux frais BIO</p> <p>Filet de colin sauce citron</p> <p>Carottes BIO persillées</p> <p>Crème anglaise</p> <p>Brownie</p>	<p>Maïs en salade</p> <p>Crêpe au fromage</p> <p>Haricots verts BIO persillés</p> <p>Yaourt nature BIO Local (vrac)</p> <p>Fruit de saison</p>

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 standard - Déjeuner

Du 01 avr. au 07 avr.

Du 08 avr. au 14 avr.

LUNDI

Taboulé **BIO** du chef
 Quenelles **BIO** sauce blanche
 Epinards hachés **BIO**
 Emmental **BIO**
 Fruit **BIO** de saison



MARDI

Betteraves **BIO** en salade
 Chili végétarien
 Riz créole
 Pavé frais
 Crème à la vanille



Salade iceberg
 Poisson à l'aïoli
 Légumes frais en aïoli
 Fromage blanc nature
 Muffin au chocolat



MERCREDI

JEUDI

Salade verte **BIO**
 Lasagnes bolognaise SV : lasagnes au saumon
 Camembert
 Cocktail de fruits sans sucre



Céleri râpé frais **BIO** sauce cocktail
 Blanquette de volaille SV : Panée de blé épinard
 Haricots verts persillés
 Yaourt aromatisé
 Gâteau du chef framboise et speculoos



VENDREDI

Salade de boulghour **BIO** à la menthe
 Filet de lieu sauce citron
 Poêlée de légumes d'hiver frais
 Petit suisse aromatisé
 Ananas frais



Velouté de légumes du chef
 Macaroni à la carbonara et râpé
 Carré du Trièves **BIO** SV : Carbonara de poisson
 Compote de pomme banane



RECETTE ANTI-GASPIS'

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 !

