

MENUS '4 SAISONS' | DU 04 NOVEMBRE 2024 AU 01 DÉCEMBRE 2024 |

Menu standard 4 - Déjeuner

Du 04 nov. au 10 nov.

Du 11 nov. au 17 nov.

Du 18 nov. au 24 nov.

Du 25 nov. au 01 déc.

LUNDI

Friand au fromage
Crique à l'emmental
Haricots verts **BIO** persillés
Fruit de saison



Salade de pâtes **BIO**
Nugget's de volaille
Poêlée de légumes
Crème pralinée
Ketchup

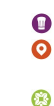


Duo d'haricots en salade
Boulettes d'agneau au curry
Semoule **BIO**
Compote de pommes



MARDI

Velouté de courges
Saucisse de Lozère *
Aligot
Compote de poires **BIO**



Betteraves **BIO** en salade
Lasagnes ricotta épinards
Fruit **BIO** de saison



Salade de saison
Sauce carbonara aux lardons *
Crozetts nature
Fromage de montagne
Fruit **BIO** de saison



Céleri sauce cocktail
Cordon bleu
Macaronis **BIO**
Fruit **BIO** de saison



Menu à thème : La pomme de terre

Menu à thème : La croziflette

MERCREDI

Céleri râpé **BIO** sauce rémoulade
Sauté de boeuf aux oignons
Lentilles au jus
Flan chocolat



Salade verte **BIO**
Saucisse de Strasbourg*
Pommes forestines
Velouté nature
Pain hot dog + Ketchup



Coleslaw **BIO** du chef
Paupiette de veau sauce forestière
Coquillettes
Gouda



Aiguillettes de poulet aux olives
Carottes **BIO** persillées
Tartare nature
Eclair au chocolat



JEUDI

Salade de saison
Sauce bolognaise
Macaronis **BIO**
Gâteau au yaourt du chef



Chou blanc **BIO** en salade
Filet de colin sauce julienne
Pommes de terre persillées
Eclair au chocolat



Crêpe au fromage
Stifado de boeuf
Petits pois et carottes au jus
Fruit **BIO** de saison



Velouté de légumes du chef
Filet de lieu sauce aurore
Pommes vapeur
Yaourt nature



VENDREDI

Salade de pommes de terre
Filet de colin sauce ciboulette
Choux fleurs persillés
Yaourt nature **BIO**



Sauté de volaille au curry
Purée aux 3 légumes
Brie
Flan vanille nappé caramel



Potage crecy
Dos de cabillaud sauce citron
Boullghour **BIO**
Gâteau aux pépites de chocolat du chef



Gratin de potiron, lentilles et quinoa
Plateau de fromages
Flan vanille nappé caramel



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 :

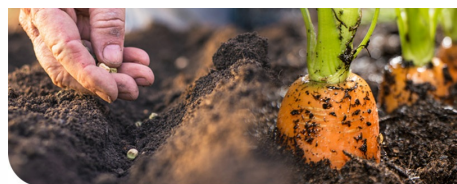
- Epluchures de légumes
- Huile d'olive
- Epices de votre choix : paprika, cumin, herbes, ail...
- Sel

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 !





MENUS '4 SAISONS' | DU 02 DÉCEMBRE 2024 AU 22 DÉCEMBRE 2024

Menu standard 4 - Déjeuner

Du 02 déc. au 08 déc.

Du 09 déc. au 15 déc.

Du 16 déc. au 22 déc.

LUNDI

Velouté de légumes du chef
Nuggets de volaille
Torti **BIO**
Yaourt nature



Chipolatas *
Lentilles mijotées aux oignons
Tomme de Lozère
Fruit **BIO** de saison



Salade de blé **BIO** sauce tartare
Omelette du chef
Epinards **BIO** à la crème
Fruit de saison



MARDI

Salade de chou fleur vinaigrette
Sauté de boeuf bourguignon
Riz camarguais **BIO**
Fruit de saison



Salade de pois chiches marocaine
Calamars à la romaine et citron
Chou fleur à la béchamel
Compote pomme banane



Betteraves en salade
Sauté de volaille aux 4 épices
Riz camarguais **BIO**
Petit suisse aromatisé



MERCREDI

Friand au fromage
Emincé de volaille sauce curry
Purée de potiron
Compote pomme framboise



Salade de saison
Boulettes de bœuf au jus
Semoule **BIO**
Flan chocolat



Saumon à l'aneth
Poêlée de légumes d'hiver
Brie
Dessert



JEUDI

Carottes râpées **BIO**
Paupiette de Veau aux 4 épices
Boullghour **BIO**
Crème au Caramel



Velouté de légumes **BIO**
Boulettes tomate mozzarella
Coquillettes
Petit suisse sucré



Volaille sauce groseille
Pommes forestines
Bûche de Noël maison
Clémentine et chocolat



Menu à thème : Noël

VENDREDI

Hoki pané
Poireaux frais et Pommes de terre béchamel
Lou mirabel
Gâteau du chef aux brisures d'oréo



Taboulé
Aiguillettes de poulet au paprika
Carottes **BIO** persillées
Fruit de saison



Salade de saison
Sauce carbonara aux lardons *
Tortis **BIO** et râpé
Fruit **BIO** de saison



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 !

