



Menu standard - 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	Hachis parmentier du chef (purée de pomme de terre + viande hachée) Fromage blanc aromatisé Fruit BIO de saison	Férialé	Crêpe au fromage Stifado de boeuf Choux fleurs persillés Yaourt nature	Salade mexicaine (haricots blanc et rouges, maïs) Crique au cantal Epinards hachés et croûtons Fruit BIO de saison
MARDI	Salade de lentilles Nugget's de volaille et ketchup Beignets de choux fleurs Compote de poires BIO	Macédoine mayonnaise Tortellini épinards sauce tomate et râpé Flan chocolat	Salade de saison Filet de poisson sauce provençale Blé BIO Compote pomme banane	Aiguillettes de poulet aux olives Semoule BIO Tomme blanche Flan vanille nappé caramel
MERCREDI	Céleri râpé BIO sauce rémoulade Sauce carbonara aux lardons* Macaronis BIO et fromage râpé Flan vanille nappé caramel <i>*(Sans porc = nuggets végétal)</i>	Colombo de volaille Potatoes Petit suisse sucré Compote de pommes BIO	Paupiette de veau sauce forestière Haricots verts BIO à l'ail Gouda Gâteau aux pépites de chocolat du chef	Friand au fromage Filet de colin sauce oseille Carottes BIO persillées Fruit BIO de saison
JEUDI	Filet de colin sauce julienne Semoule BIO Plateau de fromages Banane	Taboulé BIO du chef Poisson pané et citron Carottes fraîches persillées Fruit de saison	Potage crécy BIO Sauce carbonara aux lardons* Gratin de crozets Fruit de saison <i>*(Sans porc = nuggets végétal)</i>	Velouté de légumes BIO Boulettes de bœuf au jus Penne regate Compote de poires
VENDREDI	Salade verte BIO Omelette du chef Petit pois à l'étuve Gâteau aux amandes et coco	Chou blanc BIO en salade Saucisse de Lozère* Aligot Fruit BIO de saison <i>*(Sans porc = galette végétale)</i>	Betteraves BIO en salade Tortillas pomme de terre et oignons Gratin de brocolis Crème à la vanille	Salade de saison Cordon bleu Courge en béchamel Gâteau du chef aux 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 !





Menu standard - Déjeuner

	Du 02 déc. au 08 déc.	Du 09 déc. au 15 déc.	Du 16 déc. au 22 déc.
LUNDI	Sauté de bœuf aux oignons Riz camarguais Brie Fruit de saison	Salade de pois chiches nature Omelette au fromage maison Epinards hachés et croûtons Yaourt nature BIO	Céleri râpé BIO sauce rémoulade Sauté de volaille au curry Coquillettes BIO Fruit BIO de saison
MARDI	Crêpe au fromage Picoussel nature du chef Haricots verts persillés Fruit BIO de saison	Radis et beurre Boulettes de bœuf au jus Semoule BIO Compote pomme du chef	Salade de blé BIO Rôti de porc* sauce 4 épices Choux fleurs persillés Fromage blanc BIO <i>* (Sans porc = omelette aux oignons)</i>
MERCREDI	Céleri râpé BIO sauce rémoulade Sauté de volaille aux olives Purée de pommes de terre Compote pomme framboise	Salade verte BIO Rôti de Volaille au Jus Haricots verts BIO persillés Tarte au flan	Velouté de légumes du chef Filet de Colin sauce Armoricaïne Tagliatelles Dessert de Noël maison Clémentine BIO et papillotes
JEUDI	Velouté d'épinards BIO Calamars à la romaine et citron Gratin de poireaux et pommes de terre Crème dessert BIO	Chipolatas au jus* Lentilles mijotées aux oignons Emmental Fruit BIO de saison <i>* (Sans porc = riz camarguais)</i>	Feuilleté au chèvre Rôti de bœuf sauce forestière Pommes pins Buche de Noël au spéculos Clémentine BIO et papillotes
VENDREDI	Carottes râpées vinaigrette Colombo de porc* Choux fleurs persillés Gâteau du chef aux brisures d'oréo	Salade de pâtes BIO Filet de poisson sauce provençale Tagliatelles de carottes Crème au chocolat	Taboulé Aiguillettes panée de blé et emmental Haricots beurre à l'ail Fruit de saison

* (Sans porc = aiguillettes panées blé emmental)

RECETTE ANTI-GASPIL

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 :

- Épluchures de légumes
- Huile d'olive
- Épices 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 !

