



MENUS '4 SAISONS' | DU 03 MARS 2025 AU 30 MARS 2025

Menu standard 4 - Déjeuner

	Du 03 mars au 09 mars	Du 10 mars au 16 mars	Du 17 mars au 23 mars	Du 24 mars au 30 mars
LUNDI	Crêpe au fromage Poisson pané et citron Carottes fraîches persillées Fruit BIO de saison	Taboulé Nuggets végétal Petit pois au jus Fruit BIO de saison	Salade de pépinettes Sauté de volaille au curry Haricots verts BIO persillés Liégeois au chocolat	Salade verte BIO Saucisse de Lozère* Aligot Crème à la vanille
MARDI	Sauté de volaille marenco Pommes de terre persillées Camembert BIO Crème au chocolat	Sauté de boeuf aux oignons Purée de pommes de terre Carré frais BIO Crème à la vanille	Filet de colin sauce julienne Pommes vapeur Plateau de fromages Fruit BIO de saison	Salade de pâtes Pavé fromager Epinards branches et croûtons Yaourt nature
MERCREDI	Terrine de campagne* Paupiette de veau sauce forestière Haricots verts persillés Petit suisse BIO aromatisé * (Sans porc = œuf BIO dur mayonnaise)	Velouté de courges Boulettes d'agneau au jus Macaronis BIO Yaourt nature BIO	Salade verte BIO Cordon bleu Petits pois au jus Gâteau au chocolat du chef	Rôti de volaille à la crème Riz camarguais BIO Coulommiers Compote pommes abricots
JEUDI	Pois chiches aux légumes de couscous Semoule BIO Lou mirabel Compote pomme banane	Salade mexicaine (haricots blanc et rouges, maïs) Chickenwings et ketchup Pommes noisettes Cocktail de fruits	Sauce carbonara aux lardons* Macaronis et râpé Petit suisse BIO aromatisé Compote pomme fraise * (Sans porc = samoussa de légumes)	Potage haricots verts BIO Boulettes de bœuf au jus Gratin de choux fleurs Gâteau aux haricots rouges du chef
VENDREDI	Salade verte BIO Rôti de porc au jus* Brocolis persillés Gâteau aux pépites de chocolat du chef * (Sans porc = picoussel sauce tomate)	Blanquette de poisson Riz camarguais BIO Lou Bren Compote de pommes	Friand au fromage Tortilla pommes de terre Carottes BIO persillées Yaourt aromatisé à la barbe à papa	Filet de colin basquaise Semoule BIO Tartare nature Fruit 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 :

- 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 !





Menu standard 4 - Déjeuner

Du 31 mars au 06 avr.

Du 07 avr. au 13 avr.

	Du 31 mars au 06 avr.	Du 07 avr. au 13 avr.
LUNDI	<p>Sauté de volaille sauce forestière Riz camarguais BIO Tomme de Lozère Compote de pommes BIO</p>	<p>Pilon de poulet + ketchup Pommes paillassons Yaourt nature Fruit de saison</p>
MARDI	<p>Chou blanc BIO en salade Poisson meunière Purée aux 3 légumes Flan vanille nappé caramel</p>	<p>Lentille BIO en salade Crêpe au cantal Haricots verts persillés Crème au chocolat</p> <p>VÉGÉTARIEN</p>
MERCREDI	<p>Taboulé Rôti de porc à la moutarde* Haricots beurre persillés Petit suisse BIO aromatisé</p> <p><i>*(Sans porc = bâtonnet croustillant blé/carotte)</i></p>	<p>Sauté de volaille au paprika Blé aux oignons Tomme des Pyrénées Fruit BIO de saison</p>
JEUDI	<p>Velouté de légumes du chef Tortellini épinards Sauce tomate et râpé Fruit BIO de saison</p> <p>VÉGÉTARIEN</p>	<p>Salade de pâtes BIO Paupiette de veau au jus Gratin de brocolis Compote pommes pêche</p>
VENDREDI	<p>Salade verte BIO Sauté de boeuf à l'ancienne Carottes fraîches persillées Eclair au chocolat</p>	<p>Oeuf BIO mayonnaise Filet de Colin sauce Armoricaïne Pommes vapeur Gâteau de Pâques du chef Oeufs de Pâques en chocolat</p> <p>PAQUES</p>

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 :

- 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 !

