

## MENUS '4 SAISONS' | DU 5 JANVIER 2026 AU 1 FÉVRIER 2026 |

### Menu classique - Déjeuner

Du 05 janv. au 11 janv.

Du 12 janv. au 18 janv.

Du 19 janv. au 25 janv.

Du 26 janv. au 01 févr.

LUNDI

Velouté de brocolis  
Gnocchis aux petits pois, épinards et pesto  
Vache picon  
Fruits BIO de saison



Potage dubarry  
Poisson meunière  
Purée de pommes de terre  
Carré frais  
Fruits BIO de saison

Salade de pois chiches au cumin  
Chipolatas \*  
Purée de courges  
Plateau de fromages  
Flan vanille nappé caramel

Salade de saison  
Assortiment de charcuteries\*  
Pommes vapeur  
Fromage à raclette  
Compote de Pommes BIO



MARDI

Betteraves BIO en salade  
Nugget's de volaille  
Potatoes  
Gouda  
Flan vanille



Salade de saison  
Hachi Camarguais du chef  
Camembert BIO  
Crème au chocolat

Salade de pâtes BIO  
Crique au cantal  
Epinards hachés à la crème  
Yaourt nature sucré  
Fruit

Friand au fromage  
Cordon bleu  
Carottes fraîches persillées  
Yaourt nature BIO  
Fruit



MERCREDI

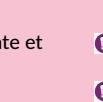
Carottes râpées fraîches  
Sauté de boeuf aux oignons  
Tortis BIO et râpé  
Yaourt aromatisé  
Fruit



Salade de boulghour BIO  
Omelette BIO du chef  
Carottes fraîches persillées  
Coulommiers  
Compote pomme pêche

Betteraves en salade  
Sauté de boeuf bourguignon  
Riz camarguais BIO  
P'tit cottentin ail et fines herbes  
Fruit

Velouté de légumes du chef  
Curry de pois chiches BIO, tomate et carottes  
Semoule BIO  
Mimolette  
Flan chocolat



JEUDI

Céleri sauce cocktail  
Filet de colin sauce citron  
Choux fleurs persillés  
Lou mirabel  
Galette des Rois



Chou Blanc Mayonnaise  
Boulettes d'agneau au curry  
Sémoule BIO  
Yaourt nature sucré  
Beignet au chocolat

Salade coleslaw  
Calamars à la romaine et citron  
Gratin de navet frais BIO et Pommes de terre béchamel  
Fromage blanc sucré  
Gâteau du chef au yaourt

Chou Blanc Mayonnaise  
Filet de poisson huile d'olives et citron  
Pâtes BIO et Râpé  
Petit suisse aromatisé  
Fruit



VENDREDI

EPIPHANIE

PRATIQUE JE ME REPÈRE DANS LE MENU

LOCAL

DU CHEF

LABELS (EGALIM)

SOUS RÉSERVE DE MODIFICATIONS

#### RECETTE ANTI-GASPL'

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



#### Ingédients :

- 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 2 FÉVRIER 2026 AU 22 FÉVRIER 2026 |

### Menu classique - Déjeuner

Du 02 fevr. au 08 fevr.

Du 09 fevr. au 15 fevr.

Du 16 fevr. au 22 fevr.

LUNDI

Salade Mexicaine (haricots blanc et rouges,maïs)  
Crêpe au fromage  
Epinards BIO à la crème  
Yaourt nature sucré  
Crêpe au sucre



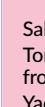
CHANDELEUR

Betteraves en salade  
Risotto de coquillettes BIO dès de volaille du chef  
Gouda  
Fruit



INNOVATION

Salade de pois chiches BIO à la marocaine  
Pavé fromager  
Harcots verts persillés  
Chanteneige BIO  
Fruit



Salade de brocolis vinaigrette  
Torsade HVE sauce tomate, basilic et fromage  
Yaourt aromatisé  
Fruit



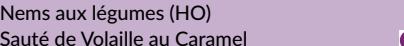
INNOVATION

MARDI

Potage dubarry  
Rôti de porc aux herbes  
Lentilles au jus  
Camembert BIO  
Fruit



Nems aux légumes (HO)  
Sauté de Volaille au Caramel  
Légumes façon wok  
Yaourt nature BIO  
Rocher au coco



CHINOIS

MERCREDI

Velouté de légumes du chef  
Escalope viennoise  
Gratin de panais frais et pommes de terre  
Carré frais  
Compote de Pommes BIO



Salpicao (carottes, maïs, céleri, pomme)  
Feijão com arroz  
Yaourt nature BIO  
Bolo de fuba du chef



Salade de saison  
Sauté de boeuf bourguignon  
Boulghour BIO  
Brie  
Compote pomme banane



CARNAVAL DE RIO

VENDREDI

Carottes râpées au citron  
Filet de lieu sauce curry  
Semoule BIO  
Vache qui rit BIO  
Liégeois au chocolat



Céleri rémoulade  
Paupiette de veau au jus  
Gratin de poireaux et pommes de terre  
Emmental  
Crème à la vanille



Chou Blanc Mayonnaise  
Blanquette de poisson  
Pommes vapeur  
Fromage les Fripons  
Crème au chocolat



#### 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



#### Ingédients :

- 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 !



PRATIQUE JE ME REPÈRE DANS LE MENU

LOCAL

DU CHEF

LABELS (EGALIM)

SOUS RÉSERVE DE MODIFICATIONS