



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	<p>Velouté de légumes du chef Tortellini ricotta épinards sauc tomate et râpé Yaourt nature BIO</p>	<p>Salade de pois chiches au cumin Boulettes d'agneau au jus Choux fleurs persillés Fruit BIO de saison</p>	<p>Friand au fromage Sauté de boeuf aux oignons Carottes fraîches persillées Fruit BIO de saison</p>	<p>Macédoine mayonnaise Sauté de porc aux olives Riz camarguais BIO Flan chocolat</p>
MARDI	<p>Salade verte BIO Paupiette de veau au jus Purée de pommes de terre Tomme des Pyrénées</p>	<p>Poisson pané et citron Pommes de terre persillées Brie Compote de poires BIO</p>	<p>Velouté de légumes du chef Filet de colin sauce citron Blé BIO Petit suisse aromatisé BIO</p>	<p>Céleri sauce cocktail Crocq veggie à la tomate Macaronis BIO Vache picon</p>
MERCREDI	<p>Céleri rémoulade Saucisse de Lozère * Lentilles au jus Compote de pommes BIO</p>	<p>Betteraves BIO en salade Sauté de boeuf aux 4 épices Boulghour Yaourt nature</p>	<p>Emincé de volaille marenge Poêlée de haricots vert et champignons Petit moulé nature Gâteau du chef aux pommes</p>	<p>Salade de blé à l'orientale Steack haché au jus Légumes façon wok Fruit BIO de saison</p>
JEUDI	<p>Crêpe au fromage Sauté de volaille marenge Duo haricots beurre et verts Fruit BIO de saison</p>	<p>Salade de saison Sauce bolognaise Riz Tex Mex Crème au Caramel Galette tortilla de blé</p> <p>TEX MEX</p>	<p>Salade de pâtes BIO Nugget's de volaille Poireaux frais et Pommes de terre béchamel Flan vanille</p>	<p>Cordon bleu Haricots verts persillés Yaourt nature BIO Gâteau aux chocolat et haricots rouges du chef</p> <p>EXPRESSION HARICOT</p>
VENDREDI	<p>Coleslaw BIO du chef Seiches à l'armoricaine Riz camarguais Gâteau aux pépites de chocolat du chef</p>	<p>Carottes râpées BIO au citron Pavé fromager Brunoise de légumes frais (carottes, navets, céleri) Beignet aux pommes</p>	<p>Pois chiches aux légumes de couscous Semoule BIO Plateau de fromages Compote de pommes</p>	<p>Salade de lentilles aux échalotes Dos de cabillaud sauce citron Carottes fraîches BIO persillées Fruit de saison</p>

RÉCETTE 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 31 MARS 2025 AU 27 AVRIL 2025

Menu standard 4 - Déjeuner

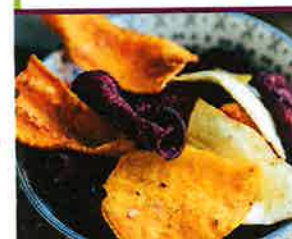
	Du 31 mars au 06 avr.	Du 07 avr. au 13 avr.	Du 14 avr. au 20 avr.	Du 21 avr. au 27 avr.
LUNDI	<p>Maïs en salade Poisson meunière Poêlée de légumes Vache qui rit BIO</p>	<p>Taboulé Paupiette de veau sauce forestière Choux fleurs persillés Yaourt nature BIO</p>	<p>Salade de pépinettes Oeufs durs (plat chaud) Epinards hachés BIO Fruit de saison</p>	
MARDI	<p>Chili végétarien Riz camarguais BIO Petit suisse aromatisé Fruit BIO de saison</p>	<p>Betteraves BIO en salade Omelette BIO du chef Macaroni Tomme de Lozère</p>	<p>Houmous Sauté de volaille aux olives Poêlée de légumes Carré frais BIO</p>	<p>Macédoine mayonnaise Boulettes d'agneau au jus Pâtes BIO Flan vanille</p>
MERCREDI	<p>Salade de pépinettes Emincé de volaille à la crème Courgettes persillées Choux vanille</p>	<p>Salade de haricots beurre Sauté de porc aux herbes de provence Purée de pommes de terre BIO Flan vanille nappé caramel</p>	<p>Sauté de boeuf bourguignon Riz camarguais BIO Emmental Compote de poires</p>	<p>Salade verte BIO Parmentier végétal du chef Coulommiers</p>
JEUDI	<p>Radis émincés Sauté de boeuf à l'ancienne Semoule Fruit BIO de saison</p>	<p>Boulghour en salade Stiffado de boeuf Poêlée de légumes frais et champignons Fruit BIO de saison</p>	<p>Radis croc'sel Colombo de porc Macaronis BIO Gâteau du chef framboise et speculoos</p>	<p>Blanquette de volaille Riz camarguais BIO Carré frais Compote de pommes</p>
VENDREDI	<p>Salade de saison Sauce carbonara aux lardons * Macaronis BIO Flan chocolat</p>	<p>Carottes râpées BIO Filet de colin sauce tomate Blé Gâteau de Pâques du chef Oeufs de Pâques en chocolat</p> <p>PAQUES</p>	<p>Céleri sauce cocktail Filet de lieu sauce aurore Semoule Fruit BIO de saison</p>	<p>Carottes râpées BIO au citron Filet de colin sauce crème Poêlée forestière Gâteau aux pépites de chocolat du chef</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
- Entourner 15 min à 200°C

PLUS QU'À VOUS RÉGALER !

