



MENUS '4 SAISONS' | DU 14 AVRIL 2025 AU 27 AVRIL 2025 |

Menu standard 4 - Déjeuner

	Du 14 avr. au 20 avr.	Du 21 avr. au 27 avr.
LUNDI	Salade de pépinettes Oeufs durs (plat chaud) Epinards hachés BIO Fruit de saison	
MARDI	Houmous Sauté de volaille aux olives Poêlée de légumes Carré frais BIO	Macédoine mayonnaise Boulettes d'agneau au jus Pâtes BIO Flan vanille
MERCREDI	Sauté de boeuf bourguignon Riz camarguais BIO Emmental Compote de poires	Salade verte BIO Parmentier pomme de terre végétal Coulommiers
JEUDI	Radis croc'sel Colombo de porc Macaronis BIO Gâteau du chef framboise et speculoos	Blanquette de volaille Riz camarguais BIO Carré frais Compote de pommes
VENDREDI	Céleri sauce cocktail Filet de lieu sauce aurore Semoule Fruit BIO de saison	Carottes râpées BIO au citron Filet de colin sauce curry Poêlée forestière Gâteau aux pépites de chocolat du chef

RECETTE ANTI-GASPR

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
- 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



SOUS RÉSERVE DE MODIFICATIONS *



MENUS '4 SAISONS' | DU 14 AVRIL 2025 AU 27 AVRIL 2025

Menu sans viande 4 - Déjeuner

Du 14 avr. au 20 avr.

Du 21 avr. au 27 avr.

LUNDI

Salade de pépinettes
Oeufs durs (plat chaud)
Epinards hachés **BIO**
Fruit de saison



MARDI

Houmous
Galette végétale
Poêlée de légumes
Carré frais **BIO**



Macédoine mayonnaise
Boulettes de blé façon thai
Pâtes **BIO**
Flan vanille



MERCREDI

Filet de colin sauce crème
Riz camarguais **BIO**
Emmental
Compote de poires



Salade verte **BIO**
Parmentier pomme de terre végétal
Coulommiers



JEUDI

Radis croc'sel
Sauce mexicaine végétarienne
Macaronis **BIO**
Gâteau du chef framboise et speculoos



Haricots rouges à la tomate
Riz camarguais **BIO**
Carré frais
Compote de pommes



VENREDI

Céleri sauce cocktail
Filet de lieu sauce aurore
Semoule
Fruit **BIO** de saison



Carottes râpées **BIO** au citron
Filet de colin sauce curry
Poêlée forestière
Gâteau aux pépites de chocolat du chef



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 !

