



Menu standard 4 - Déjeuner

Du 02 déc. au 08 déc.

Du 09 déc. au 15 déc.

Du 16 déc. au 22 déc.

LUNDI

Velouté de légumes du chef
Sauce mexicaine végétarienne
Torti **BIO**
Yaourt nature

🍷
🍷
🌱
🍷

Chipolatas *
Lentilles mijotées aux oignons
Tomme de Lozère
Fruit **BIO** de saison

🍷
🍷
🌱
🍷

Salade de blé **BIO** sauce tartare
Oeufs durs béchamel
Epinards **BIO** à la crème
Fruit de saison

🌱

MARDI

Salade de choux fleur vinaigrette
Sauté de boeuf bourguignon
Riz camarguais **BIO**
Fruit de saison

🍷
🍷
🍷
🌱

Salade de pois chiches marocaine
Calamars à la romaine et citron
Chou fleur à la béchamel
Compote pomme banane

🍷
🍷
🍷
🌱

Betteraves en salade
Sauté de volaille aux 4 épices
Riz camarguais **BIO**
Petit suisse aromatisé

🍷
🌱

MERCREDI

Friand au fromage
Emincé de volaille sauce curry
Purée de potiron
Compote pomme framboise

🍷
🍷
🍷

Salade de saison
Boulettes de boeuf au jus
Semoule **BIO**
Flan chocolat

🍷
🍷
🌱
🍷

Saumon à l'aneth
Poêlée de légumes d'hiver
Brie
Dessert de Noël

🍷

🍷

JEUDI

Carottes râpées **BIO**
Paupiette de Veau aux 4 épices
Boullghour **BIO**
Crème au Caramel

🍷
🌱
🍷
🌱

Velouté de légumes **BIO**
Boulettes tomate mozzarella
Coquillettes
Petit suisse sucré

🍷
🌱
🍷
🍷

Volaille sauce groseille
Pommes forestines
Bûche de Noël maison
Clémentine et papillote

🍷

🍷

VENDREDI

Hoki pané
Poireaux frais et Pommes de terre béchamel
Lou mirabel
Gâteau du chef aux brisures d'oréo

🍷
🍷
🌱
🍷

Taboulé
Aiguillettes de poulet au paprika
Carottes **BIO** persillées
Fruit de saison

🍷
🍷
🌱
🍷

Salade de saison
Sauce carbonara aux lardons *
Tortis **BIO** et râpé
Fruit **BIO** 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 :

- 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 !

