



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

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



Ingédients :

- Epluchures 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 !





MENUS '4 SAISONS' | DU 31 MARS 2025 AU 27 AVRIL 2025

Menu standard 4 - Déjeuner

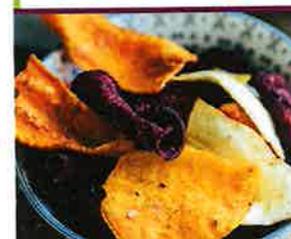
	Du 31 mars au 06 avr.	Du 07 avr. au 13 avr.	Du 14 avr. au 20 avr.	Du 21 avr. au 27 avr.
LUNDI	<p>Maïs en salade Poisson meunière Poêlée de légumes Vache qui rit BIO</p>	<p>Taboulé Paupiette de veau sauce forestière Choux fleurs persillés Yaourt nature BIO</p>	<p>Salade de pépinettes Oeufs durs (plat 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 !

