



MENUS '4 SAISONS' | DU 28 AVRIL 2025 AU 25 MAI 2025

Menu sans viande 4 - Déjeuner

LUNDI
MARDI
MERCREDI
JEUDI
VENDREDI

Du 28 avr. au 04 mai	Du 05 mai au 11 mai	Du 12 mai au 18 mai	Du 19 mai au 25 mai
<p>Omelette du chef Coquillettes Lou mirabel Fruits BIO de saison</p>	<p>Macédoine Mayonnaise Boulette de blé façon thaï à la sauce tomate Semoule BIO Crème à la vanille</p>	<p>Tomate Croc'sel Sauce mexicaine végétarienne Riz camarguais BIO Flan chocolat</p>	<p>Filet de colin sauce tomate Purée de pommes de terre Yaourt Nature Fruits BIO de saison</p>
<p>Salade coleslaw Haricots rouges à la tomate Riz camarguais BIO Compote pomme fraise</p>	<p>Salade verte BIO Rigolo au fromage Petits pois et carottes au jus Yaourt aromatisé</p>	<p>Filet de colin sauce crème Pommes de terre persillées Emmental Fruits BIO de saison</p>	<p>Galette de quinoa à la provençale Macaronis BIO Brie Compote de fraises</p>
<p>Salade de blé BIO à l'orientale Poisson meunière Poêlée de légumes Flan chocolat</p>	<p>Céleri sauce cocktail Omelette BIO au fromage du chef Riz camarguais BIO Gouda</p>	<p>Salade de pois chiches marocaine Pavé fromager Purée aux 3 légumes Flan vanille nappé caramel</p>	<p>Tomate en salade Aiguillettes panée de blé et emmental Lentilles au jus Fruits BIO de saison</p>
<p>Taboulé BIO du chef Dos de cabillaud sauce citron Haricots beurre persillés Petit suisse aromatisé</p>	<p>Carottes râpées BIO au citron Poisson meunière Purée de pommes de terre Fruit de saison</p>	<p>Salade de lentilles aux échalotes Filet de colin sauce curry Carottes fraîches BIO persillées Petit suisse aromatisé</p>	<p>Salade verte fraîche Blanquette de poisson Semoule BIO Vache picon</p>
		<p>Galette végétale Ratatouille Yaourt BIO à la vanille Gâteau au yaourt du chef</p>	<p>Coleslaw BIO du chef Omelette du chef Brunoise de légumes frais (carottes, navets, céleri) 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
- Enfourner 15 min à 200°C

PLUS QU'À VOUS RÉGALER !





MENUS '4 SAISONS' | DU 26 MAI 2025 AU 22 JUIN 2025

Menu sans viande 4 - Déjeuner

LUNDI
MARDI
MERCREDI
JEUDI
VENDREDI

Du 26 mai au 01 juin	Du 02 juin au 08 juin	Du 09 juin au 15 juin	Du 16 juin au 22 juin
<p>Salade de pâtes Colombo de poisson Courgettes persillées Fruits BIO de saison</p>	<p>Pastèque Chili végétarien Riz camarguais BIO Compote pomme framboise</p>		<p>Melon Filet de colin sauce crème Pâtes BIO Petit Moulé Nature</p>
<p>Salade verte BIO Fishburger Pommes noisette et ketchup Donuts</p> <p>AMERICAIN</p>	<p>Gaspacho maison Omelette BIO au fromage du chef Pommes de terre persillées Carré frais BIO</p>	<p>Tomate Croc'sel Pavé fromager Purée de pommes de terre Vache qui rit BIO</p>	<p>Salade de haricots verts Œuf dur mayonnaise Taboulé Fruits BIO de saison</p>
<p>Filet de lieu sauce aurore Pâtes BIO Velouté fruits mixé Fruit de saison</p>	<p>Carottes râpées vinaigrette Pois chiches sauce curry (PG) Semoule BIO Petit suisse sucré</p>	<p>Concombre en salade Chakalaka végétal du chef Pâtes BIO Compote de pommes</p>	<p>Boulettes de blé façon thaï Pommes de terre persillées Coulommiers Fruits BIO de saison</p>
	<p>Concombres sauce bulgare Poisson meunière Courgettes au cumin Beignet aux pommes</p>	<p>Filet de colin sauce provençale Gratin d'aubergines fraîche et pommes de terre Bûchette mélangée Fruits BIO de saison</p>	<p>Carottes râpées BIO au citron Pois chiches au cumin (plat végétarien) Riz camarguais Clafoutis du chef aux cerises</p> <p>EXPRESSION CERISE</p>
	<p>Taboulé BIO du chef Calamars à la romaine et citron Ratatouille du chef Fruits BIO de saison</p>	<p>Salade verte BIO Œuf dur mayonnaise Salade de pâtes Gâteau du chef aux pommes</p>	<p>Salade verte BIO Parmentier de légumes Crème à la vanille</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.
- Enfourner 15 min à 200°C.

PLUS QU'À VOUS RÉGALER !





MENUS '4 SAISONS' | DU 23 JUIN 2025 AU 06 JUILLET 2025

Menu sans viande 4 - Déjeuner

LUNDI
MARDI
MERCREDI
JEUDI
VENDREDI

Du 23 juin au 29 juin	Du 30 juin au 06 juil.
<p>Betteraves en salade Galette végétale Ratatouille et riz camarguais Yaourt BIO à la vanille</p>	<p>Crêpe au fromage Pois chiches sauce forestière Haricots verts persillés Fruits BIO de saison</p>
<p>Filet de colin sauce citron Pommes de terre persillées Vache qui rit BIO Compote de pommes et biscuit</p>	<p>Salade verte BIO Tortellini ricotta épinards Compote de pomme cassis</p>
<p>Friand au fromage Crique à l'emmental Purée de carottes et pommes de terre Flan vanille nappé caramel</p>	<p>Concombre BIO en salade Filet de poisson aux épices tandoori Pommes de terre persillées Gouda</p>
<p>Melon Raviolis aux légumes (stock tampon) Gâteau au yaourt du chef</p>	<p>Calamars à la romaine et citron Aubergines et courgettes fraîches provençale Yaourt aromatisé Gâteau aux pépites de chocolat du chef</p>
<p>Tomate à la Ciboulette Poisson meunière Farfalles Fruits BIO de saison</p>	<p>Saucisse végétale Chips Petit Filou tubes Fruit de saison Pain hot dog + Ketchup</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
- 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 !

