



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





MENUS '4 SAISONS' | DU 31 MARS 2025 AU 13 AVRIL 2025

Menu standard 4 - Déjeuner

Du 31 mars au 06 avr.

Du 07 avr. au 13 avr.

LUNDI

Maïs en salade  
Poisson meunière  
Poêlée de légumes  
Vache qui rit **BIO**

Taboulé  
Paupiette de veau sauce forestière  
Choux fleurs persillés  
Yaourt nature **BIO**

MARDI

Chili végétarien  
Riz camarguais **BIO**  
Petit suisse aromatisé  
Fruit **BIO** de saison

Betteraves **BIO** en salade  
Omelette **BIO** du chef  
Macaroni  
Tomme de Lozère

MERCREDI

Salade de pépinettes  
Emincé de volaille à la crème  
Courgettes persillées  
Choux vanille

Salade d'haricots beurre  
Sauté de porc aux herbes de provence  
Purée de pommes de terre **BIO**  
Flan vanille nappé caramel

JEUDI

Radis émincés  
Sauté de boeuf à l'ancienne  
Semoule  
Fruit **BIO** de saison

Boulghour en salade  
Stifado de boeuf  
Poêlée de légumes frais et champignons  
Fruit **BIO** de saison

VENDREDI

Salade de saison  
Sauce carbonara aux lardons \*  
Macaronis **BIO**  
Flan chocolat

Carottes râpées **BIO**  
Filet de colin sauce ciboulette  
Blé  
Gâteau de Pâques du chef  
Oeufs de Pâques en chocolat

PAQUES

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 !

