

MENUS '4 SAISONS' | DU 3 NOVEMBRE 2025 AU 30 NOVEMBRE 2025 |

Sco Aniane / St André - Déjeuner

Du 03 nov. au 09 nov.

Du 10 nov. au 16 nov.

Du 17 nov. au 23 nov.

Du 24 nov. au 30 nov.

LUNDI

Haricots rouges **BIO** à la tomate (mafé)
Riz camarguais **BIO**
Vache qui rit **BIO**
Fruits **BIO** de saison

VÉGÉTARIEN

Crêpe au fromage
Sauté de volaille LR au curry
Haricots verts **BIO** persillés
Fruit

Taboulé **BIO**
Sauté de volaille frais sauce forestière
Poêlée de légumes
Petit suisse **BIO** aromatisé

Gratin de potiron et lentilles **BIO**
Quinoa **BIO**
Edam **BIO**
Crème dessert **BIO**

VÉGÉTARIEN

MARDI

Salade de perles marines
Stifado de boeuf
Petits pois et carottes au jus
Flan chocolat

Salade de saison
Sauce carbonara aux lardons *
Gratin de crozets
Fruits **BIO** de saison

CROZIFLETTE

Boulettes d'agneau sauce tomate
Semoule **BIO**
Coulommiers
Compote de poire

MERCREDI

Pilons de poulet rôti
Purée de pommes de terre
Tomme de Lozère
Compote de Pommes **BIO**

Salade verte **BIO**
Sauté de boeuf aux oignons **BIO**
Lentilles au jus (**BIO**, local)
Petit suisse **BIO** aromatisé

Boulettes de boeuf sauce tomate
Coquillettes **BIO**
Gouda
Flan vanille

Sauté de volaille LR aux olives
Carottes fraîches sautées
Vache qui rit **BIO**
Gâteau du chef aux pépites de chocolat

JEUDI

Salade de saison **BIO**
Poisson pané et citron
Choux fleurs persillés
Gâteau du chef au yaourt

Carottes râpées vinaigrette
Crique au Cantal
Épinards **BIO** à la béchamel et croûtons
Eclair au chocolat

VÉGÉTARIEN

Carottes râpées **BIO** et coriandre
Curry de légumes doux **BIO** (lait de coco, patate douce, carottes, pois chiches)
Riz camarguais **BIO**
Gâteau noix de coco du chef

FÊTE DES LANTERNES

Velouté de légumes du chef
Filet de lieu sauce aurore
Pommes de terre persillées
Yaourt nature sucré

VENREDI

Macédoine Mayonnaise
Sauce bolognaise
Macaronis **BIO** et fromage râpé
Petit suisse aromatisé

Cordon bleu
Purée aux 3 légumes
Brie **BIO**
Flan vanille nappé caramel

Potage cressy
Filet de colin sauce julienne
Boulghour **BIO**
Crème au Praliné

Sauté de porc au miel
Macaronis **BIO**
Plateau de fromages
Fruits **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 :

- Épluchures 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 !



PRATIQUE JE ME REPÈRE DANS LE MENU



SOUS RÉSERVE DE MODIFICATIONS

MENUS '4 SAISONS' | DU 1 DÉCEMBRE 2025 AU 21 DÉCEMBRE 2025 |

Sco Aniane / St André - Déjeuner

Du 01 déc. au 07 déc.

Du 08 déc. au 14 déc.

Du 15 déc. au 21 déc.

LUNDI

Sauté de boeuf (Race à viande, local) sauce
au paprika
Pommes noisettes
Lou mirabel
Crème au caramel

Sauté de volaille label rouge au paprika
Pâtes **BIO**
Tomme de Lozère
Fruit

Saucisse de Strasbourg
Purée aux 3 légumes
Brie **BIO**
Fruit

MARDI

Potage parmentier **BIO**
Hachis de lentilles et patates douces **BIO**
Yaourt Nature

Salade de pois chiches marocaine
Calamars à la romaine et citron
Gratin de chou fleur **BIO**
Compote pomme abricot

Sauce à la mexicaine **BIO**
Riz camarguais **BIO**
Petit suisse **BIO** aromatisé
Fruits **BIO** de saison

VÉGÉTARIEN

VÉGÉTARIEN

MERCREDI

Friand au fromage
Filet de poisson sauce provençale
Haricots verts **BIO** persillés
Compote pomme pêche

Salade de saison
Boulettes de bœuf au jus
Lentilles au jus (**BIO**, local)
Flan chocolat

Salade verte et croûtons
Filet de poisson sauce aneth
Tagliatelles
Dessert de Noël maison
Clémentine **BIO** et papillotes

NOËL

JEUDI

Paupiette de veau aux 4 épices
Coquillettes **BIO**
Petit suisse **BIO** aromatisé
Fruits **BIO** de saison

Emincé de poulet et poivron façon
basquaise
Riz camarguais **BIO**
Petit suisse aromatisé
Fruit

Gougères au fromage
Mignonette de poulet sauce forestière
Pommes Duchesse
Buche de Noël au chocolat
Clémentine **BIO** et papillotes

NOËL

VENDREDI

Salade de saison **BIO**
Jambon blanc
Gratin de poireaux et pommes de terre
Gâteau du chef aux brisures d'oréo

Taboulé **BIO**
Falafels **BIO**
Carottes sautées **BIO**
Yaourt nature **BIO**

Friand au fromage
Rôti de porc à la moutarde
Haricots verts **BIO** persillés
Compote de poires du chef

VÉGÉTARIEN

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 :

- Épluchures 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 !



PRATIQUE JE ME REPÈRE DANS LE MENU



SOUS RÉSERVE DE MODIFICATIONS