

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

Sco Aniane / St André ss viande - 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 <b>BIO</b> à la tomate (mafé) Riz camarguais <b>BIO</b> Vache qui rit <b>BIO</b> Fruits <b>BIO</b> de saison <b>VÉGÉTARIEN</b>	Crêpe au fromage Bâtonnet croustillant blé et carotte Haricots verts <b>BIO</b> persillés Fruit	Taboulé <b>BIO</b> Poisson pané Poêlée de légumes Petit suisse <b>BIO</b> aromatisé	Gratin de potiron et lentilles <b>BIO</b> Quinoa <b>BIO</b> Edam <b>BIO</b> Crème dessert <b>BIO</b> <b>VÉGÉTARIEN</b>
MARDI	Salade de perles marines Omelette du chef Petits pois et carottes au jus Flan chocolat		Salade de saison Galette végétale Gratin de crozets Fruits <b>BIO</b> de saison <b>CROZIFLETTE</b>	Pois chiches aux légumes de couscous Semoule <b>BIO</b> Coulommiers Compote de poire
MERCREDI	Saucisse végétale Purée de pommes de terre Tomme de Lozère Compote de Pommes <b>BIO</b>	Salade verte <b>BIO</b> Riz camarguais Lentilles au jus ( <b>BIO</b> , local) Petit suisse <b>BIO</b> aromatisé	Haricots blancs à la tomate Coquillettes <b>BIO</b> Gouda Flan vanille	Bâtonnet croustillant blé et carotte Carottes fraîches sautées Vache qui rit <b>BIO</b> Gâteau du chef aux pépites de chocolat
JEUDI	Salade de saison <b>BIO</b> Poisson pané et citron Choux fleurs persillés Gâteau du chef au yaourt	Carottes râpées vinaigrette Crique au Cantal Epinards <b>BIO</b> à la béchamel et croûtons Eclair au chocolat <b>VÉGÉTARIEN</b>	Carottes râpées <b>BIO</b> et coriandre Curry de legumes doux <b>BIO</b> (lait de coco, patate douce, carottes, pois chiches) Riz camarguais <b>BIO</b> Gâteau noix de coco du chef <b>FÊTE DES LANTERNES</b>	Velouté de légumes du chef Filet de lieu sauce aurore Pommes de terre persillées Yaourt nature sucré
VENDREDI	Macédoine Mayonnaise Pâtes à la mexicaine Macaronis <b>BIO</b> et fromage râpé Petit suisse aromatisé	Pavé fromager Purée aux 3 légumes Brie <b>BIO</b> Flan vanille nappé caramel	Potage crecy Filet de colin sauce julienne Boulghour <b>BIO</b> Crème au Praliné	Chili végétarien Macaronis <b>BIO</b> Plateau de fromages Fruits <b>BIO</b> 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 1 DÉCEMBRE 2025 AU 21 DÉCEMBRE 2025 |

Sco Aniane / St André ss viande - Déjeuner

Du 01 déc. au 07 déc.

Du 08 déc. au 14 déc.

Du 15 déc. au 21 déc.

LUNDI

Filet de colin sauce tomate  
Pommes noisettes  
Lou mirabel  
Crème au caramel



Ravioli ricotta épinards **BIO**  
Tomme de Lozère  
Fruit



Saucisse végétale  
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  
Galette végétale  
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

Blanquette de haricots blancs  
Coquillettes **BIO**  
Petit suisse **BIO** aromatisé  
Fruits **BIO** de saison



Filet de colin basquaise  
Riz camarguais **BIO**  
Petit suisse aromatisé  
Fruit



Gougères au fromage  
Crumble de butternut et patate douce  
Pommes Duchesse  
Buche de Noël au chocolat  
Clémentine **BIO** et papillotes



NOËL

VENREDI

Salade de saison **BIO**  
Omelette aux fines herbes  
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  
Tortillas pomme de terre et oignons  
Haricots verts **BIO** persillés  
Compote de poires du chef



SOUS RÉSERVE DE MODIFICATIONS

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