

MENUS '4 SAISONS' | DU 31 AOÛT 2026 AU 27 SEPTEMBRE 2026 |

Sco Aniane / St André ss viande - Déjeuner

Du 31 août au 06 sept.

Du 07 sept. au 13 sept.

Du 14 sept. au 20 sept.

Du 21 sept. au 27 sept.

LUNDI

Melon
Saucisse végétale
Lentilles **BIO** au jus
P'tit cottenin nature



Crêpe au fromage
Croc veggie au fromage
Carottes **BIO** persillées
Fruit **BIO** de saison



Salade de brocolis vinaigrette
Oeuf dur **BIO**
Macaronis **BIO**
Fruit **BIO** de saison



MARDI

Macédoine de légumes **BIO**
Tortellini **BIO** ricotta épinard sauce tomate
Purée de Pommes **BIO**



VÉGÉTARIEN

Salade de haricots verts **BIO**
Pois chiches aux légumes couscous **BIO**
Semoule **BIO**
Yaourt **BIO** à la vanille



VÉGÉTARIEN

Concombre frais HVE en salade
Filet de colin sauce julienne
Purée de pommes de terre **BIO**
Mont lacane



Taboulé **BIO**
Pané blé, tomate, mozzarella
Haricots verts **BIO** persillés
P'tit cottenin nature



MERCREDI

Tomate à la croque
Lentilles à la tomate
Riz camarguais **BIO**
Fruit **BIO** de saison



Salade de pommes de terre aux échalotes
Poisson pané et citron
Petits pois carottes aux oignons
Fruit **BIO** de saison



Macédoine Mayonnaise
Curry de lentilles
Pâtes **BIO**
Crème dessert **BIO** au chocolat



Betteraves **BIO** en salade
Hoki aux 4 épices
Pommes noisettes
Petit suisse sucré



JEUDI

Betteraves en salade
Filet de poisson sauce aurore
Boulghour **BIO**
Plateau de fromages



Salade verte **BIO**
Pâtes à la mexicaine
Macaronis **BIO** et fromage râpé
Lou mirabel



Perle de blé, carottes et sésame
Boulettes de Pois chiches **BIO** sauce
tomate cumin coriandre
Tajine de légumes frais (courgettes et
patate douce)
Quartier d'orange à la menthe



ALADIN OU LA LAMPE MERVEILLEUSE

Nugget's végétal et ketchup
Gratin de courgettes HVE du chef
Yaourt nature **BIO**
Gâteau du chef framboise et speculoos



VÉGÉTARIEN

VENREDI

Salade de pâtes **BIO**
Aiguillettes panée de blé et emmental
Carottes fraîches persillées
Fruit **BIO** de saison



Tomate à la croque
Omelette **BIO** du chef
Courgettes persillées
Gâteau au chocolat du chef



Salade de lentilles **BIO**
Pavé fromager
Petits pois **BIO** au jus
Fruit **BIO** de saison



Filet de colin basquaise
Semoule **BIO**
Coulommiers
Compote pomme abricot



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 :

- 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 28 SEPTEMBRE 2026 AU 18 OCTOBRE 2026 |

Sco Aniane / St André ss viande - Déjeuner

Du 28 sept. au 04 oct.

Du 05 oct. au 11 oct.

Du 12 oct. au 18 oct.

LUNDI

Hachis camarguais haricots rouges
(végétarien)
Tartare nature
Fruit BIO de saison

Salade verte BIO
Gnocchis gratinés à la provençale
Crème au chocolat

VÉGÉTARIEN

Salade de légumes d'automne sauce aux agrumes (carottes, poivrons, vinaigrette pamplemousse)
Pané blé tomate mozzarella sauce crème au poivron
Purée de patate douce
Fruit BIO de saison

SEMAINE DU GOÛT

MARDI

Salade de pâtes BIO
Omelette BIO du chef
Poêlée bretonne BIO (Chou fleur, brocolis)
Yaourt aromatisé HVE

VÉGÉTARIEN

Taboulé BIO
Galette lentilles boulghour et légumes
Haricots verts persillés
Yaourt Nature

Salade de mâche et fromage
Poisson sauce crème citron et aneth
Gratin de pâtes
Milkshake à la grenadine

SEMAINE DU GOÛT

MERCREDI

Friand au fromage
Filet de poisson sauce crème
Purée de courgettes
Tomme blanche

Concombre en salade
Saucisse végétale
Lentilles BIO au jus
Emmental BIO

Taboulé BIO aux graines de lin
Boulettes de pois chiches BIO sauce beurre cacahuète
Carottes BIO persillées
Compote de pommes et amande du chef

SEMAINE DU GOÛT

JEUDI

Pâtes à la mexicaine
Pâtes et râpé
Encalat du larzac
Purée de Pommes BIO

Filet de colin sauce oseille
Riz camarguais BIO
Brie BIO
Fruit BIO de saison

Salade concombre, tomates et pois chiches
Risotto de petit épeautre, crémeux de courgettes aux fromages frais
Gâteau choco noisette du chef

SEMAINE DU GOÛT

VENDREDI

Calamars à la romaine et citron
Poêlée provençale
Yaourt nature BIO
Eclair au chocolat

Tortillas pomme de terre et oignons
Epinards branches et croûtons
Petit suisse BIO aromatisé
Gâteau du chef aux pommes

Salade de lentilles BIO
Pané de blé fromage et épinards
Poêlée de pommes de terre et épinards persillés
Tomme des Pyrénées

SEMAINE DU GOÛT

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 !



PRATIQUE JE ME REPÈRE DANS LE MENU



SOUS RÉSERVE DE MODIFICATIONS