



MENUS '4 SAISONS' | DU 08 MAI 2023 AU 09 JUILLET 2023 |

Menu Sans viande

Du 08 mai au 14 mai

Du 15 mai au 21 mai

Du 22 mai au 28 mai

Du 29 mai au 04 juin

LUNDI

Betteraves en salade  
Tortellini épinards sauce tomate  
Plateau de fromages  
Mousse au chocolat

Radis croc'sel et beurre  
Galette végétale  
Purée de pommes de terre  
Mimolette  
Fruit **BIO** de saison

MARDI

Salade de lentilles aux échalotes  
Nuggets végétaux et ketchup  
Purée de courgettes  
Lou mirabel  
Fruit **BIO** de saison

Chou blanc en salade  
Aiguillettes panée de blé et emmental  
Blé **BIO**  
Emmental  
Fruit **BIO** de saison

Salade de pois chiches marocaine  
Omelette du chef  
Haricots verts à l'ail  
Saint paulin  
Fruit **BIO** de saison

Tomates **BIO** croc'sel  
Fishburger  
Pommes paillason  
Yaourt nature  
Donuts

MERCREDI

Tomate en salade  
Bolognaise de lentilles  
Légumes façon wok  
Yaourt nature **BIO**  
Gâteau du chef poire cannelle

Salade de pâtes  
Omelette du chef  
Courgettes à l'ail  
Yaourt aromatisé  
Fruit **BIO** de saison

Macédoine mayonnaise  
Blanquette de haricots blancs  
Riz camarguais  
Fromage blanc nature  
Fruit **BIO** de saison

Salade de saison  
Quinoa  
Lentilles mijotées aux oignons  
Tomme de Lozère  
Fruit **BIO** de saison

JEUDI

Salade de haricots verts  
Tajine de pois chiches aux légumes  
Semoule  
Camembert  
Fruit **BIO** de saison

Céleri râpé vinaigrette  
Chou fleur bolognaise aux lentilles  
Brocolis persillés  
Petit suisse **BIO** aromatisé  
Gâteau du chef aux pommes

Courgettes râpées  
Poisson pané  
Ratatouille du chef  
Riz pilaf  
Yaourt aromatisé  
Fruit **BIO** de saison

VENREDI

Concombre à la menthe  
Paupiette de saumon à la crème  
Polenta  
P'tit cottentin nature  
Compote de pommes **BIO**

Salade de saison  
Calamars à la romaine et citron  
Pâtes **BIO**  
Fromage le carré  
Compote pomme banane

Salade de pépinettes  
Quenelles sauce blanche  
Carottes à l'ail  
Vache picon  
Flan vanille

La PYRAMIDE ALIMENTAIRE



Les 7 grandes familles alimentaires :

- L'eau
- Les céréales
- Les fruits et légumes
- Les laitages
- La viande, le poisson, les œufs
- Les matières grasses
- Les sucreries





MENUS '4 SAISONS' | DU 08 MAI 2023 AU 09 JUILLET 2023 |

Menu Sans viande

Du 05 juin au 11 juin

Du 12 juin au 18 juin

Du 19 juin au 25 juin

Du 26 juin au 02 juil.

LUNDI

Pizza au fromage du chef  
Omelette aux fines herbes  
Jardinière de légumes  
Chanteneige  
Compote de pommes **BIO**

Macédoine mayonnaise  
Œuf dur mayonnaise  
Salade de pâtes au basilic (accompagnement)  
Yaourt nature  
Fruit **BIO** de saison

Crêpe au fromage  
Nuggets végétal  
Purée de carottes et pommes de terre  
Petit suisse aromatisé  
Fruit **BIO** de saison

Melon **BIO**  
Tortellini épinards et râpé  
Brie  
Flan vanille nappé caramel

MARDI

Salade coleslaw  
Pané de blé fromage et épinards  
Pâtes **BIO**  
Lou mirabel  
Mousse au chocolat

Salade de saison  
Lentilles aux oignons  
Riz camarguais **BIO**  
Plateau de fromages  
Flan vanille

Salade de saison  
Picaussel sauce tomate  
Pâtes **BIO**  
Camembert  
Compote de poires

Pastèque  
Œuf dur mayonnaise  
Salade de pommes de terre  
Carré frais  
Compote de pommes **BIO**

MERCREDI

Salade d'haricots beurre  
Tajine de pois chiches aux légumes  
Semoule **BIO**  
Coulommiers  
Fruit de saison

Salade mexicaine (haricots blanc et rouges, maïs)  
Omelette du chef  
Ratatouille  
Fromage les Fripons  
Fruit **BIO** de saison

Pastèque **BIO**  
Chakalaka végétal du chef  
Trio de légumes (carottes, courgettes, salsifis)  
P'tit cottentin nature  
Eclair au chocolat

Betteraves en salade  
Haricots rouges au cumin  
Riz pilaf  
Tomme noire  
Fruit **BIO** de saison

JEUDI

Salade de perles marines  
Lentilles aux oignons  
Brocolis braisés  
Yaourt nature  
Fruit **BIO** de saison

Terrine de campagne \*  
Filet de lieu sauce curry  
Haricots verts à l'ail  
Petit suisse sucré  
Fruit **BIO** de saison

Gaspacho  
Boulettes de pois chiches  
Semoule **BIO**  
Yaourt aromatisé  
Fruit de saison

Tomate au Basilic  
Filet de hoki sauce à l'aneth  
Tian de légumes  
Petit suisse **BIO** aromatisé  
Gâteau du chef aux pommes

VENDREDI

Betteraves en salade  
Filet de colin sauce citron  
Purée de pommes de terre  
Petit suisse sucré  
Fruit **BIO** de saison

Melon  
Blanquette de haricots blancs  
Blé  
Vache qui rit **BIO**  
Gâteau aux pépites de chocolat du chef

Carottes râpées vinaigrette  
Poisson pané et citron  
Riz à la tomate  
Coulommiers  
Fruit **BIO** de saison

Salade de saison  
Quenelles sauce béchamel  
Blé  
Vache picon  
Fruit **BIO** de saison

La PYRAMIDE ALIMENTAIRE



Les 7 grandes familles alimentaires :

- L'eau
- Les céréales
- Les fruits et légumes
- Les laitages
- La viande, le poisson, les œufs
- Les matières grasses
- Les sucreries





Menu Sans viande

Du 03 juil. au 09 juil.

LUNDI

Betteraves en salade ST  
 Pavé fromager  
 Haricots verts à l'ail  
 Yaourt nature **BIO**  
 Compote de pommes et galette ST Michel

MARDI

Céleri sauce cocktail  
 Salade de riz au thon ST  
 Lou mirabel  
 Fruit **BIO** de saison

MERCREDI

Concombre en salade  
 Omelette du chef  
 Purée de courgettes et pommes de terre  
 Mimolette  
 Fruit **BIO** de saison

JEUDI

Salade de saison  
 Filet de lieu sauce oseille  
 Riz camarguais **BIO**  
 Carré frais  
 Flan chocolat

VENDREDI

Club volaille  
 KIT 1 (Chips, Yaourt à boire, Fruit)

La PYRAMIDE ALIMENTAIRE



Les 7 grandes familles alimentaires :

- L'eau
- Les céréales
- Les fruits et légumes
- Les laitages
- La viande, le poisson, les œufs
- Les matières grasses
- Les sucreries

