



MENUS '4 SAISONS' | DU 28 AVRIL 2025 AU 25 MAI 2025

Scolaire Castelnau mater - Déjeuner

Du 28 avr. au 04 mai

Du 05 mai au 11 mai

Du 12 mai au 18 mai

Du 19 mai au 25 mai

LUNDI

Betteraves **BIO** en salade
Sauté de volaille LR sauce forestière
Poêlée cordiale
Pommes noisettes
Emmental
Fruit de saison

Tomate croc'sel
Chipolatas au jus
Lentilles au jus **BIO**
Navets sauce tomate
Vache picon
Fruits **BIO** de saison

Salade tomates et maïs
Jambon blanc
Courgettes persillées
Purée de pommes de terre
Bûchette mélangée
Compote de Pommes **BIO**

Salade de pépinettes
Crique au Cantal
Carottes persillées
Haricots blancs à la tomate
Petit suisse **BIO** aromatisé
Fruits **BIO** de saison

VÉGÉTARIEN

MARDI

Macédoine Mayonnaise
Filet de colin sauce tomate
Légumes couscous
Semoule **BIO**
P'tit cottentin nature
Fruit de saison

Carottes râpées
Nuggets végétal
Boulghour aux petits Légumes
Courgettes sauce tomate
Lou mirabel
Eclair au chocolat

Chou chinois en salade
Sauté de boeuf au paprika
Petits pois et carottes au jus
Polenta
Fromage blanc **BIO**
Fruits **BIO** de saison

Betteraves **BIO** en salade
Filet de colin sauce julienne
Blé aux oignons
Poêlée provencale
Camembert
Glace bâtonnet

VÉGÉTARIEN

MERCREDI

Céleri remoulade
Boulettes de bœuf au jus
Blé aux oignons
Carottes persillées
Yaourt nature **BIO**
Gâteau du chef aux pommes

Crêpe au fromage
Sauté de veau marenco
Ratatouille
Riz camarguais
Brie
Fruit de saison

Concombre à la ciboulette
Filet de colin à la crème
Pâtes **BIO**
Poêlée forestière
Fromage fondu le carré
Flan vanille nappé caramel

Taboulé
Escalope de volaille sauce crème
Choux fleurs persillés
Purée aux 3 légumes
Yaourt nature **BIO**
Fruit de saison

JEUDI

Salade verte **BIO**
Pavé fromager
Pommes vapeur
Ratatouille
Yaourt nature **BIO**
Gâteau aux pépites de chocolat du chef

Salade verte **BIO**
Pavé fromager
Pommes vapeur
Ratatouille
Yaourt nature **BIO**
Gâteau aux pépites de chocolat du chef

Salade verte **BIO**
Pavé fromager
Pommes vapeur
Ratatouille
Yaourt nature **BIO**
Gâteau aux pépites de chocolat du chef

Concombre en salade
Rôti de porc aux oignons
Navets sauce tomate
Riz camarguais **BIO**
Tomme des Pyrénées
Compote pomme vanille du chef

VÉGÉTARIEN

VENDREDI

Salade verte **BIO**
Tortellini épinards sauce tomate et râpé
Piperade
Camembert
Compote pomme fraise

Betteraves **BIO** en salade
Poisson pané et citron
Coquillettes
Haricots verts persillés
Petit suisse **BIO** aromatisé
Fruits **BIO** de saison

Macédoine Mayonnaise
Sauté de volaille LR sauce forestière
Boulghour
Légumes couscous
Edam
Fruit de saison

Tomate croc' sel
Steack haché au jus
Pommes noisette et ketchup
Carré frais **BIO**
Brownies 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 :

- 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 26 MAI 2025 AU 22 JUIN 2025 |

Scolaire Castelnau mater - Déjeuner

Du 26 mai au 01 juin

Du 02 juin au 08 juin

Du 09 juin au 15 juin

Du 16 juin au 22 juin

LUNDI

Lentille **BIO** en salade
Calamars à la romaine et citron
Gratin de courgettes
Quinoa
Saint paulin
Fruits **BIO** de saison

Tomates **BIO** croc' sel
Tortellini épinards sauce tomate et râpé
Poêlée cordiale
Chantailou
Compote pommes abricots
VÉGÉTARIEN

Salade de perles
Sauté de volaille au paprika
Beignets de salsifis
Riz camarguais
Tomme blanche
Glace bâtonnet

MARDI

Melon
Sauté de bœuf au jus
Pommes de terre sautées
Ratatouille
Chanteneige **BIO**
Compote de poires **BIO**

Salade de pépinettes
Blanquette de volaille
Petits pois au jus
Riz camarguais
Yaourt nature **BIO**
Fruit de saison

Pastèque **BIO**
Filet de colin sauce julienne
Aubergines en gratin
Purée de pommes de terre
Carré frais **BIO**
Compote pomme framboise

Salade de haricots verts
Stifado de boeuf
Epinards branches et croûtons
Pommes vapeur
Yaourt nature **BIO**
Fruits **BIO** de saison

MERCREDI

Salade de pâtes **BIO**
Sauté de porc aux herbes de provence
Boulghour
Epinards branches et croûtons
Fromage blanc **BIO**
Fruit de saison

Melon
Boulettes de bœuf au jus
Ratatouille
Semoule **BIO**
Bûche du pilat
Glace petit pot

Friand au fromage
Paupiette de veau au jus
Carottes persillées
Riz camarguais
Petit suisse **BIO** aromatisé
Fruit de saison

Melon
Filet de Colin sauce Armorica
Boulghour
Petits pois au jus
Vache qui rit
Compote de poires **BIO**

JEUDI

Macédoine Mayonnaise
Filet de poisson meunière
Piperade
Purée de pommes de terre
Coulommiers
Fruits **BIO** de saison

Taboulé
Omelette **BIO** du chef
Pâtes
Ratatouille
Mont lacaune
Ile flottante
VÉGÉTARIEN

Gaspacho
Boulettes d'agneau au jus
Gratin de courgettes **BIO**
Haricots blancs au jus
Tartare nature
Gâteau basque

VENREDI

Concombre à la ciboulette
Sauté de veau aux olives
Haricots verts persillés
Polenta
Fromage blanc **BIO**
Clafoutis aux cerises du chef
EXPRESSION CERISE

Betteraves en salade
Raviolis Frais de bœuf et Râpé
Poêlée de légumes rustiques
Yaourt nature **BIO**
Fruit de saison

Concombre en salade
Pois chiches aux légumes couscous **BIO**
Légumes couscous
Semoule **BIO**
Tomme grise d'Auvergne
Fruit de saison
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 !





Scolaire Castelnau mater - Déjeuner

Du 23 juin au 29 juin

Du 30 juin au 06 juil.

LUNDI

Tomate croc' sel
Saucisse de Lozère *
Haricots verts persillés
Purée de pommes de terre
Yaourt nature **BIO**
Fruits **BIO** de saison

📍 Melon
👨‍🍳 Raviolis de légumes et râpé
🌱 Courgettes persillées
📍 Carré frais **BIO**
🌱 Compote de pommes et galette ST Michel

🌱 VÉGÉTARIEN

MARDI

Pastèque
Oeufs durs **BIO** froids
Salade de betteraves
Salade de pâtes
Chanteneige **BIO**
Compote pommes pêche

🌱 Coupelle de pâté de volaille
👨‍🍳 Hachis parmentier de boeuf du chef
📍 Julienne de légumes
🌱 Emmental
📍 Glace petit pot

🌱 VÉGÉTARIEN

MERCREDI

Friand au fromage
Filet de colin sauce tomate
Polenta
Ratatouille
Fromage blanc **BIO**
Fruit de saison

📍 Concombre en salade
👨‍🍳 Sauté de veau aux herbes de provence
🌱 Haricots verts **BIO** persillés
📍 Pommes rösti
🌱 Mont lacaune
📍 Fruits **BIO** de saison

JEUDI

Macédoine Mayonnaise
Sauce bolognaise
Pâtes et râpé
Piperade
Lou mirabel
Fruits **BIO** de saison

📍 Carottes râpées
👨‍🍳 Filet de colin à la crème
📍 Aubergines en gratin
📍 Riz camarguais
👨‍🍳 Yaourt nature **BIO**
🌱 Fruit de saison

VENDREDI

Concombre façon tzatziki
Rôti de Volaille au Jus
Poêlée campagnarde
Riz camarguais
P'tit cottentin nature
Gâteau au chocolat du chef

📍 Tomate croc' sel
👨‍🍳 Hot dog
🌱 Chips
📍 Petit Filou tubes
🌱 Fruits **BIO** de saison

🌱 VACANCES

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 !

