



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

Scolaire Castelnau prim - Déjeuner

Du 28 avr. au 04 mai

Du 05 mai au 11 mai

Du 12 mai au 18 mai

LUNDI

Betteraves **BIO** en salade
Coeurs de palmier vinaigrette
Sauté de volaille LR sauce forestière
Poêlée cordiale
Pommes noisettes
Emmental
Fromage blanc **BIO**
Fruit de saison

Oeuf **BIO** mayonnaise
Tomate en salade
Chipolatas au jus
Lentilles au jus **BIO**
Navets sauce tomate
Fromage blanc **BIO**
Vache picon
Fruits **BIO** de saison

Radis en salade sauce fromage blanc
Salade tomates et maïs
Jambon blanc
Courgettes persillées
Purée de pommes de terre
Bûchette mélangée
Yaourt nature **BIO**
Compote de Pommes **BIO**

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

VÉGÉTARIEN

MARDI

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

Carottes râpées
Chou rouge en salade
Nuggets végétal
Boulghour aux petits Légumes
Courgettes sauce tomate
Lou mirabel
Yaourt nature **BIO**
Eclair au chocolat

Chou chinois en salade
Salade de pois chiches **BIO**
Sauté de boeuf au paprika
Petits pois et carottes au jus
Polenta
Fromage blanc **BIO**
Tomme grise d'Auvergne
Fruits **BIO** de saison

Betteraves **BIO** en salade
Salade mexicaine **BIO**
Filet de colin sauce julienne
Blé aux oignons
Poêlée provençale
Camembert
Fromage blanc **BIO**
Glace bâtonnet

VÉGÉTARIEN

VÉGÉTARIEN

MERCREDI

Céleri remoulade
Concombre en salade
Boulettes de bœuf au jus
Blé aux oignons
Carottes persillées
Bûche du pilat
Yaourt nature **BIO**
Gâteau du chef aux pépites de chocolat
Gâteau du chef aux pommes

Crêpe au fromage
Sauté de veau marengo
Ratatouille
Riz camarguais
Brie
Fromage blanc **BIO**
Compote de pomme framboise
Fruit de saison

Concombre à la ciboulette
Duo de Melon et Pastèque
Filet de colin à la crème
Pâtes **BIO**
Poêlée forestière
Fromage blanc **BIO**
Fromage fondu le carré
Flan chocolat
Flan vanille nappé caramel

Radis et beurre
Taboulé
Escalope de volaille sauce crème
Choux fleurs persillés
Purée aux 3 légumes
Cantal
Yaourt nature **BIO**
Compote pommes pêche
Fruit de saison

JEUDI

Coeurs de palmier vinaigrette
Salade verte **BIO**
Pavé fromager
Pommes vapeur
Ratatouille
Tomme blanche
Yaourt nature **BIO**
Gâteau du chef aux pépites de chocolat

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

VÉGÉTARIEN

VENDREDI

Salade de brocolis vinaigrette
Salade verte **BIO**
Tortellini épinards sauce tomate et râpé
Piperade
Camembert
Petit suisse **BIO** aromatisé
Compote pomme fraise

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

Macédoine Mayonnaise
Oeuf **BIO** mayonnaise
Sauté de volaille LR sauce forestière
Boulghour
Légumes couscous
Edam
Fromage blanc **BIO**
Fruit de saison

Salade verte
Tomate croc' sel
Steak haché au jus
Pommes noisette et ketchup
Carré frais **BIO**
Petit suisse **BIO** aromatisé
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 prim - 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	Achard de légumes Lentille BIO en salade Calamars à la romaine et citron Gratin de courgettes Quinoa Saint paulin Yaourt nature BIO Fruits BIO de saison	Pastèque Tomates BIO croc' sel Tortellini épinards sauce tomate et râpé Poêlée cordiale Chantailou Fromage blanc BIO Compote pommes abricots VÉGÉTARIEN		Salade de perles Salade verte Sauté de volaille label rouge au paprika Beignets de saïfifs Riz camarguais Fromage blanc BIO Tomme blanche Glace bâtonnet
MARDI	Melon Salade verte Sauté de bœuf au jus Pommes de terre sautées Ratatouille Chanteneige BIO Petit suisse BIO aromatisé Compote de poires BIO	Carottes râpées Salade de pépinettes Blanquette de volaille Petits pois au jus Riz camarguais Saint paulin Yaourt nature BIO Fruit de saison	Pastèque BIO Salade mexicaine BIO Filet de colin sauce julienne Aubergines en gratin Purée de pommes de terre Carré frais BIO Fromage blanc BIO Compote pomme framboise	Radis croc' sel Salade de haricots verts Stifado de boeuf Epinards branches et croûtons Pommes vapeur Emmental Yaourt nature BIO Fruits BIO de saison
MERCREDI	Macédoine Mayonnaise Salade de pâtes BIO Sauté de porc aux herbes de provence Boulghour Epinards branches et croûtons Coulommiers Fromage blanc BIO Compote de pommes coings Fruit de saison	Melon Salade verte Boulettes de bœuf au jus Ratatouille Semoule BIO Bûche du pilat Petit suisse BIO aromatisé Glace petit pot	Friand au fromage Paupiette de veau au jus Carottes persillées Riz camarguais Brie Petit suisse BIO aromatisé Compote pomme banane Fruit de saison	Carottes râpées Melon Filet de Colin sauce Armoricaine Boulghour Petits pois au jus Vache qui rit Yaourt nature BIO Compote de poires BIO Fruit de saison
JEUDI	Lentille BIO en salade Macédoine Mayonnaise Filet de poisson meunière Piperade Purée de pommes de terre Coulommiers Yaourt nature BIO Fruits BIO de saison	Taboulé Tomate en salade Omelette BIO du chef Pâtes Ratatouille Mont lacaune Yaourt nature BIO Ile flottante VÉGÉTARIEN		Gaspacho maison Boulettes d'agneau au jus Gratin de courgettes BIO Haricots blancs au jus Tartare nature Yaourt BIO à la vanille Gâteau basque
VENDREDI	Concombre à la ciboulette Maïs en salade Sauté de veau aux olives Haricots verts persillés Polenta Comté AOP Fromage blanc BIO Clafoutis aux cerises du chef	Betteraves en salade Salade de pois chiches BIO Raviolis Frais de bœuf et Râpé Poêlée de légumes rustiques Edam Yaourt nature BIO Fruit de saison	EXPRESSION CERISE	Coeurs de palmier vinaigrette Concombre en salade Pois chiches aux légumes couscous BIO Légumes couscous Semoule BIO Petit suisse BIO aromatisé 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 prim - Déjeuner

Du 23 juin au 29 juin

Du 30 juin au 06 juil.

LUNDI

Céleri remoulade	🍷	Melon	
Tomate croc' sel	🍷	Salade de pois chiches BIO	🍷 🍷 🍷
Saucisse de Lozère *	🍷	Raviolis de légumes et râpé	
Haricots verts persillés	🍷	Courgettes persillées	🍷
Purée de pommes de terre	🍷	Carré frais BIO	🍷 🍷
Brie BIO	🍷	Yaourt nature BIO	🍷 🍷
Yaourt nature BIO	🍷	Compote de pommes et galette ST Michel	
Fruits BIO de saison	🍷		

🌿 VÉGÉTARIEN

MARDI

Pastèque		Coupelle de pâté de volaille	
Taboulé	🍷	Hachis parmentier de boeuf du chef	🍷
Oeufs durs BIO froids	🍷	Julienne de légumes	🍷
Salade de betteraves		Emmental	
Salade de pâtes		Fromage blanc BIO	🍷
Chanteneige BIO	🍷	Glace petit pot	
Fromage blanc BIO	🍷		
Compote pommes pêche	🍷		

🌿 VÉGÉTARIEN

MERCREDI

Friand au fromage		Concombre en salade	🍷
Filet de colin sauce tomate	🍷	Oeuf BIO mayonnaise	
Polenta	🍷	Sauté de veau aux herbes de provence	🍷
Ratatouille	🍷	Haricots verts BIO persillés	🍷 🍷
Coulommiers	🍷	Pommes paillasson	
Fromage blanc BIO	🍷	Mont lacaune	
Compote pomme fraise		Petit suisse BIO aromatisé	🍷
Fruit de saison		Cocktail de fruits	🍷
		Fruits BIO de saison	

JEUDI

Macédoine Mayonnaise		Betteraves BIO en salade	🍷 🍷
Salade coleslaw	🍷	Salade coleslaw	🍷
Sauce bolognaise	🍷	Filet de colin à la crème	🍷 🍷
Pâtes et râpé		Aubergines en gratin	🍷
Piperade	🍷	Riz camarguais	🍷 🍷
Lou mirabel	🍷	Bûchette mélangée	
Petit suisse BIO aromatisé	🍷	Yaourt nature BIO	🍷
Fruits BIO de saison	🍷	Fruit de saison	

VENREDI

Concombre façon tzatziki	🍷	Tomate croc' sel	🍷
Salade verte BIO	🍷	Hot dog	
Rôti de Volaille au Jus	🍷	Chips	
Poêlée campagnarde		Petit Filou tubes	
Riz camarguais	🍷	Fruits BIO de saison	🍷
P'tit cottentin nature	🍷		
Yaourt BIO à la vanille	🍷		
Gâteau au chocolat du chef	🍷		

🌿 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 !

