



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

Menu primaire végétarien

	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 Coeurs de palmier vinaigrette Lentille BIO sauce forestière Poêlée cordiale Pommes noisettes Emmental Fromage blanc BIO Fruit de saison	Oeuf BIO mayonnaise Tomate en salade Saucisse végétale 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 Samoussa de légumes 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
MARDI	Macédoine Mayonnaise Radis et beurre Pois chiches BIO à la 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 Tortillas pomme de terre et oignons 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 Galette végétale tomate mozzarella Blé aux oignons Poêlée provençale Camembert Fromage blanc BIO Glace bâtonnet
MERCREDI	Céleri remoulade Concombre en salade Samoussa de légume 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 Haricots rouges BIO sauce tomate Ratatouille Riz camarguais Brie Fromage blanc BIO Compote de pomme framboise Fruit de saison	Concombre à la ciboulette Duo de Melon et Pastèque Sauce à la mexicaine BIO Pâtes BIO Poêlée forestière Fromage blanc BIO Fromage fondu le carré Flan chocolat Flan vanille nappé caramel	Radis et beurre Taboulé Boulettes de pois chiches 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 du chef Tomme blanche Yaourt nature BIO Gâteau du chef aux pépites de chocolat	Céleri remoulade Concombre en salade Lentilles BIO aux oignons Navets sauce tomate Riz camarguais BIO Tomme des Pyrénées Yaourt nature BIO Compote pomme vanille du chef
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 Pavé fromager Coquillettes Haricots verts persillés Gouda Petit suisse BIO aromatisé Fruits BIO de saison	Macédoine Mayonnaise Oeuf BIO mayonnaise Pois chiches aux légumes couscous BIO Boulghour Légumes couscous Edam Fromage blanc BIO Fruit de saison	Salade verte Tomato croc' sel Galette lentilles boulghour et légumes Pommes noisette et ketchup Carré frais BIO Petit suisse BIO aromatisé Brownies du chef

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



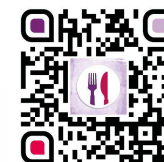
Ingrédients :

- Épluchures de légumes
- Huile d'olive
- 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

Menu primaire végétarien

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
Bâtonnet croustillant blé et carotte
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
Chantaillou
Fromage blanc **BIO**
Compote pommes abricots

Salade de perles
Salade verte
Dahl de lentilles corails
Beignets de salsifis
Riz camarguais
Fromage blanc **BIO**
Tomme blanche
Glace bâtonnet

MARDI

Melon
Salade verte
Haricots rouges **BIO** au paprika
Pommes de terre sautées
Ratatouille
Chanteneige **BIO**
Petit suisse **BIO** aromatisé
Compote de poires **BIO**

Carottes râpées
Salade de pépinettes
Galette lentilles boulghour et légumes
Petits pois au jus
Riz camarguais
Saint paulin
Yaourt nature **BIO**
Fruit de saison

Pastèque **BIO**
Salade mexicaine **BIO**
Boulettes de pois chiches
Aubergines en gratin
Purée de pommes de terre
Carré frais **BIO**
Fromage blanc **BIO**
Compote pomme framboise

Radis croc' sel
Salade de haricots verts
Haricots rouges **BIO** aux 4 épices
Epinards branches et croûtons
Pommes vapeur
Emmental
Yaourt nature **BIO**
Fruits **BIO** de saison

MERCREDI

Macédoine Mayonnaise
Salade de pâtes **BIO**
Tortillas pomme de terre et oignons
Boulghour
Epinards branches et croûtons
Coulommiers
Fromage blanc **BIO**
Compote de pommes coings
Fruit de saison

Melon
Salade verte
Tajine de pois chiches **BIO**
Ratatouille
Semoule **BIO**
Bûche du pilat
Petit suisse **BIO** aromatisé
Glace petit pot

Friand au fromage
Galette de quinoa à la provençale
Carottes persillées
Riz camarguais
Brie
Petit suisse **BIO** aromatisé
Compote pomme banane
Fruit de saison

Carottes râpées
Melon
Omelette **BIO** du chef
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
Pavé fromager
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 lacaine
Yaourt nature **BIO**
Ile flottante

Gaspacho maison
Boulettes de pois chiches
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
Samoussa de légumes
Haricots verts persillés
Polenta
Comté AOP
Fromage blanc **BIO**
Clafoutis aux cerises du chef

Betteraves en salade
Salade de pois chiches **BIO**
Tortellini épinards sauce tomate et râpé
Poêlée de légumes rustiques
Edam
Yaourt nature **BIO**
Fruit de saison

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

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 !



LOCAL



DU CHEF



LABELS (EGALIM)

SOUS RÉSERVE DE MODIFICATIONS *



MENUS '4 SAISONS' | DU 23 JUIN 2025 AU 06 JUILLET 2025

Menu primaire végétarien

Du 23 juin au 29 juin

Du 30 juin au 06 juill.

LUNDI

Céleri remoulade
Tomate croc' sel
Saucisse végétale
Haricots verts persillés
Purée de pommes de terre
Brie **BIO**
Yaourt nature **BIO**
Fruits **BIO** de saison

Melon
Salade de pois chiches **BIO**
Raviolis de légumes et râpé
Courgettes persillées
Carré frais **BIO**
Yaourt nature **BIO**
Compote de pommes et galette ST Michel

MARDI

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

Betteraves en salade
Parmentier de légumes
Julienne de légumes
Emmental
Fromage blanc **BIO**
Glace petit pot

MERCREDI

Friand au fromage
Galette lentilles boulghour et légumes
Polenta
Ratatouille
Coulommiers
Fromage blanc **BIO**
Compote pomme fraise
Fruit de saison

Concombre en salade
Oeuf **BIO** mayonnaise
Omelette **BIO** aux fines herbes
Haricots verts **BIO** persillés
Pommes paillason
Mont lacaune
Petit suisse **BIO** aromatisé
Cocktail de fruits
Fruits **BIO** de saison

JEUDI

Macédoine Mayonnaise
Salade coleslaw
Sauce à la mexicaine **BIO**
Pâtes et râpé
Piperade
Lou mirabel
Petit suisse **BIO** aromatisé
Fruits **BIO** de saison

Betteraves **BIO** en salade
Carottes râpées
Blanquette de haricots blancs
Aubergines en gratin
Riz camarguais
Bûchette mélangée
Yaourt nature **BIO**
Fruit de saison

VENDREDI

Concombre façon tzatziki
Salade verte **BIO**
Tortillas pomme de terre et oignons
Poêlée campagnarde
Riz camarguais
P'tit cottentin nature
Yaourt **BIO** à la vanille
Gâteau au chocolat du chef

Tomate croc' sel
Hot dog végétarien
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 !

PRATIQUE JE ME REPÈRE DANS LE MENU



LOCAL



DU CHEF



LABELS (EGALIM)

SOUS RÉSERVE DE MODIFICATIONS *

