



MENUS '4 SAISONS' | DU 07 JUILLET 2025 AU 03 AOÛT 2025

Menu maternelle végétarien

Du 07 juil. au 13 juil.

Du 14 juil. au 20 juil.

Du 21 juil. au 27 juil.

Du 28 juil. au 03 août

LUNDI

Lentille **BIO** en salade  
Pavé fromager  
Carottes fraîches persillées  
Purée de pommes de terre  
Petit suisse **BIO** aromatisé  
Fruits **BIO** de saison



Salade de pommes de terre aux échalotes  
Pavé fromager  
Blé  
Courgettes persillées  
Yaourt **BIO** à la vanille  
Fruits **BIO** de saison

Radis et beurre  
Saucisse végétale  
Piperade  
Purée de pommes de terre  
Fromage blanc **BIO**  
Fruits **BIO** de saison



MARDI

Melon **BIO**  
Haricots rouges **BIO** sauce tomate  
Haricots verts persillés  
Macaronis  
Chanteneige  
Flan chocolat



Taboulé  
Nuggets végétal  
Carottes fraîches persillées  
Petits pois au jus  
Emmental  
Fruits **BIO** de saison



Carottes râpées vinaigrette  
Chili végétarien **BIO**  
Piperade  
Riz camarguais **BIO**  
Tomme grise d'Auvergne  
Crème dessert **BIO**



Tomate en salade  
Tortillas pomme de terre et oignons  
Boulghour  
Courgettes persillées  
Brie  
Glace bâtonnet



AMERICAIN

MERCREDI

Friand au fromage  
Boulettes de blé façon thaï  
Courgettes persillées **BIO**  
Semoule  
Lou mirabel  
Fruit de saison



Salade de saison  
Haricots blancs à la tomate  
Poêlée bretonne (brocolis, choux fleurs)  
Riz camarguais **BIO**  
P'tit cottentin ail et fines herbes  
Glace petit pot



Salade verte **BIO**  
Pois chiches **BIO** aux 4 épices  
Macaronis  
Tomate provençale  
Chanteneige  
Compote de pomme framboise



Carottes râpées vinaigrette  
Falafels menthe coriandre  
Coquillettes  
Ratatouille du chef  
Edam  
Fruits **BIO** de saison



JEUDI

Nems aux légumes (HO)  
Samoussa de légumes  
Légumes façon wok  
Riz camarguais **BIO**  
Yaourt nature **BIO**  
Rocher au coco



Tomate en salade  
Bolognaise de lentilles **BIO**  
Poêlée de légumes  
Pommes de terre persillées  
Gouda  
Compote de Pommes **BIO**



Melon **BIO**  
Oeuf dur **BIO**  
Salade de haricots verts  
Taboulé  
Yaourt nature **BIO**  
Donuts



Pastèque  
Haricots rouges **BIO** sauce tomate  
Poêlée forestière  
Semoule **BIO**  
Yaourt nature **BIO**  
Compote pomme abricot



CHINOIS

VENDREDI

Concombre en salade  
Pois chiches **BIO** à la tomate  
Pâtes **BIO**  
Tomate provençale  
Coulommiers  
Compote de pomme aux 4 épices du chef



Pastèque  
Omelette **BIO** du chef  
Boulghour  
Ratatouille du chef  
Yaourt nature **BIO**  
Gâteau du chef aux pépites de chocolat



Crêpe au fromage  
Galette de quinoa à la provençale  
Carottes **BIO** persillées  
Pommes de terre persillées  
Tomme des Pyrénées  
Fruit de saison



Concombre en salade  
Dahl de lentilles corail  
Haricots verts persillés  
Riz de camargue **BIO**  
Tartare nature  
Gâteau du chef aux myrtilles



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 !





Menu maternelle végétarien

Du 04 août au 10 août

Du 11 août au 17 août

Du 18 août au 24 août

Du 25 août au 31 août

LUNDI

Salade mexicaine **BIO**  
Nuggets végétal  
Carottes fraîches persillées  
Lentilles **BIO** au jus  
Saint paulin  
Fruits **BIO** de saison



Friand au fromage  
Tortillas pomme de terre et oignons  
Macaronis **BIO**  
Poêlée multicolore  
Camembert  
Fruits **BIO** de saison



Carottes râpées vinaigrette  
Mélange mexicain **BIO**  
Poêlée de légumes  
Torti **BIO**  
Mont lacaune  
Compote de pêches



Concombre en salade  
Saucisse végétale  
Lentilles au jus  
Piperade  
Brie **BIO**  
Fruit

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 !



MARDI

Concombre en salade  
Mélange mexicain **BIO**  
Haricots beurre persillés  
Macaronis **BIO** et fromage râpé  
Bûche du pilat  
Compote pomme fraise



Macédoine Mayonnaise  
Quenelle nature sauce forestière  
Pommes de terre persillées  
Ratatouille du chef  
Tomme blanche  
Fruits **BIO** de saison



Betteraves en salade  
Blanquette de haricots blancs  
Courgettes persillées  
Riz camarguais  
Yaourt nature **BIO**  
Fruit de saison



Pastèque **BIO**  
Pavé fromager  
Pommes de terre persillées  
Ratatouille du chef  
Yaourt nature **BIO**  
Eclair au chocolat

MERCREDI

Courgettes râpées  
Crique à l'emmental  
Blé  
Ratatouille du chef  
Petit suisse **BIO** aromatisé  
Fruit de saison



Pastèque **BIO**  
Omelette **BIO** du chef  
Lentilles **BIO** au jus  
Tomate provençale  
P'tit cottentin nature  
Glace petit pot



Melon **BIO**  
Pois chiches **BIO** aux 4 épices  
Semoule  
Tian de légumes  
Vache qui rit  
Fruit de saison



Salade de pépinettes  
Omelette **BIO** du chef  
Poêlée arlequin  
Polenta  
Vache picon  
Compote de pomme framboise

JEUDI

Tomate en salade  
Galette végétale  
Haricots verts persillés  
Purée de pommes de terre  
Yaourt nature **BIO**  
Gâteau au chocolat du chef



Concombre façon tzatziki  
Pois chiches **BIO** aux légumes  
couscous  
Piperade  
Semoule **BIO**  
Yaourt nature **BIO**  
Compote de pommes fleur d'oranger du chef



Salade de pois chiches  
Samoussa de légumes  
Haricots verts persillés  
Polenta  
Mimolette  
Fruit de saison



Tomate vinaigrette  
Mélange mexicain **BIO**  
Macaronis **BIO** et fromage râpé  
Poêlée forestière  
Bûchette mélangée  
Glace bâtonnet

VENDREDI

Melon  
Curry de lentilles **BIO**  
Courgettes persillées  
Riz camarguais **BIO**  
Petit Moulé Nature  
Flan vanille nappé caramel



Concombre façon tzatziki  
Pois chiches **BIO** aux légumes  
couscous  
Piperade  
Semoule **BIO**  
Yaourt nature **BIO**  
Compote de pommes fleur d'oranger du chef



Salade de tomates **BIO**  
Galette de quinoa à la provençale  
Pommes noisette et ketchup  
Ratatouille du chef  
Fromage blanc **BIO**  
Gâteau du chef framboise et speculoos



Betteraves en salade  
Curry de lentilles **BIO**  
Riz camarguais **BIO**  
Tomate provençale  
Yaourt nature **BIO**  
Fruit de saison

