

MENUS '4 SAISONS' | DU 23 FÉVRIER 2026 AU 8 MARS 2026 |

Menu Castelnau prim Végétarien - Déjeuner

Du 23 févr. au 01 mars

Du 02 mars au 08 mars

LUNDI

Coeurs de palmier vinaigrette
Taboulé **BIO**
Omelette **BIO** du chef
Poêlée provençale **BIO**
Polenta
Emmental **BIO**
Yaourt nature **BIO**
Ananas au sirop
Fruits **BIO** de saison



Velouté de légumes du chef
Saucisse végétale
Purée aux 3 légumes
Petit Moulé Nature
Yaourt nature **BIO**
Compote pomme banane
Fruit



MARDI

Velouté de légumes du chef
Curry de lentilles **BIO**
Haricots verts persillés
Pates Farfalle et Râpé
Bûchette mélangée
Fromage blanc **BIO**
Compote de pommes
Fruit



Salade d'endives
Salade verte **BIO**
Galette lentilles boulghour et légumes
Choux braisés
Pâtes **BIO**
Petit suisse **BIO**
Tomme des Pyrénées
Crème à la vanille
Crème au chocolat
Betteraves en salade



MERCREDI

Celeri remoulade
Salade de pépinettes
Pavé fromager
Choux fleurs persillés
Pommes de terre persillées
Gouda
Petit suisse **BIO** aromatisé
Flan chocolat
Fruits **BIO** de saison



Salade de blé à l'orientale
Nuggets végétal
Carottes **BIO** persillées
Purée de pommes de terre
Edam
Fromage blanc **BIO**
Compote pomme banane
Fruit



JEUDI

Carottes râpées **BIO** au citron
Chou Blanc Mayonnaise
Aiguillettes panée de blé et emmental
Purée de courges
P'tit cottenin nature
Yaourt nature **BIO**
Gâteau du chef au yaourt
Gâteau du chef aux pommes



Crêpe au fromage
Galette végétale
Duo de haricots beurre et verts
Semoule **BIO**
Petit suisse **BIO** aromatisé
Vache picon
Cocktail de fruits
Fruits **BIO** de saison



VENREDI

Salade de pommes de terre
Salade de saison
Pois chiches au cumin (plat végétarien)
Brunoise de légumes
Semoule **BIO**
Vache picon
Yaourt nature **BIO**
Flan vanille nappé caramel



Carottes râpées **BIO**
Chou blanc **BIO** en salade
Omelette **BIO** du chef
Jardinière de légumes
Riz camarguais **BIO** à la tomate
Petit Moulé Nature
Yaourt nature
Gâteau du chef au yaourt
Gâteau du chef aux pépites de chocolat



PRATIQUE JE ME REPÈRE DANS LE MENU



SOUS RÉSERVE DE MODIFICATIONS

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 !

