



MENUS '4 SAISONS' | DU 20 AVRIL 2026 AU 3 MAI 2026 |

Menu Castelnau prim - Déjeuner

Du 20 avr. au 26 avr.

Du 27 avr. au 03 mai

LUNDI

Betteraves en salade	🇫🇷	Macedoine mayonnaise	
Salade de pâtes	🇫🇷	Taboulé	🇫🇷
Nuggets végétal		Paupiette de veau au jus	
Carottes fraîches persillées	🇫🇷 🌱	Pâtes BIO	🇫🇷 🌱
Purée de pommes de terre	🇫🇷	Poêlée bretonne (brocolis, choux fleurs)	🇫🇷
Rondelé ail et fines herbes		Gouda	
Yaourt nature BIO	🌱	Yaourt nature BIO	🌱
Compote de poires		Flan vanille	
Fruit		Mousse au citron	🌱

MARDI

Salade de pommes de terre	🇫🇷	Friand au fromage	
Salade iceberg		Poisson meunière	🌱
Chipolatas *		Poêlée arlequin	
Brunoise de légumes	🇫🇷	Riz camarguais BIO	🇫🇷 🌱
Lentilles BIO au jus	🇫🇷 🌱	Fromage fondu le carré	
Emmental		Petit suisse BIO aromatisé	🌱
Petit suisse BIO aromatisé	🌱	Compote pomme banane	
Crème à la vanille		Fruit	
Crème au caramel			

MERCREDI

Crêpe au fromage		Salade d'haricots beurre	🇫🇷
Sauté de volaille LR aux olives	🇫🇷 🌱 🌱	Salade de blé à l'orientale	🇫🇷
Blé	🇫🇷	Omelette BIO du chef	🇫🇷 🌱
Courgettes persillées	🇫🇷	Epinards BIO à la crème	🇫🇷 🌱
Fromage blanc BIO	🌱	Pommes de terre persillées	🇫🇷
P'tit cottentin nature		Coulommiers	
Compote de pommes BIO	🌱	Yaourt nature BIO	🌱
Fruit		Fruits BIO de saison	🌱
		Pêches au sirop	

JEUDI

Kadis croc sei	🇫🇷	Carottes râpées BIO au citron	🇫🇷 🌱
Salade de pépinettes	🇫🇷 🌱	Salade d'endives	🇫🇷
Sauté de boeuf aux oignons (local)	🇫🇷	Blanquette de volaille	🇫🇷
Poêlée forestière	🇫🇷	Boulghour	🇫🇷
Semoule BIO	🇫🇷 🌱	Ratatouille	🇫🇷
Vache picon		Fromage blanc BIO	🌱
Yaourt nature BIO	🌱	Petit Moulé Nature	
Ananas au sirop		Beignet au chocolat	
Fruits BIO de saison	🌱		

VENREDI

Céleri sauce cocktail	🇫🇷 🌱		
Salade de saison			
Calamars à la romaine			
Haricots verts persillés	🇫🇷		
Macaronis BIO	🇫🇷 🌱		
Fromage blanc BIO	🌱		
Rondelé ail et fines herbes	🇫🇷 🌱		
Gâteau du chef framboise et speculoos	🇫🇷		

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



SOUS RÉSERVE DE MODIFICATIONS