

MENUS '4 SAISONS' | DU 31 AOÛT 2026 AU 27 SEPTEMBRE 2026 |

Scolaire Castelnau prim - Déjeuner

	Du 31 août au 06 sept.	Du 07 sept. au 13 sept.	Du 14 sept. au 20 sept.	Du 21 sept. au 27 sept.
LUNDI	Salade de haricots verts CE2 Salade de pommes de terre Paupiette de veau sauce safranée Coquillettes BIO Courgettes persillées Petit Moulé Nature Petit suisse BIO aromatisé Compote de fraises Fruit BIO de saison*	Melon Pastèque Chipolatas au jus Haricots beurre persillés Lentilles BIO au jus P'tit cottenin nature Yaourt nature BIO Flan vanille nappé caramel	Crêpe au fromage Boeuf bourguignon RAV Carottes persillées Semoule Chantailou Fromage blanc BIO aromatisé Fruit BIO de saison*	Céleri remoulade Salade verte Jambon blanc Julienne de légumes Macaronis BIO Fromage blanc BIO Gouda Fruit BIO de saison*
MARDI	Carottes râpées Melon Tortellini BIO ricotta épinard sauce tomate Poêlée cordiale Fromage blanc BIO Saint paulin BIO * Purée de Pommes BIO VÉGÉTARIEN	Coeurs de palmier vinaigrette Salade de haricots verts CE2 Pois chiches aux légumes couscous BIO Semoule BIO Petit Moulé Nature Yaourt BIO à la vanille* Fruit BIO de saison* VÉGÉTARIEN	Concombre en salade Salade de pépinettes Filet de colin sauce julienne Choux fleur braisés Purée de pommes de terre Mont lacauze Yaourt nature BIO Compote pomme coing	Salade coleslaw Taboulé BIO Cordon bleu Haricots verts persillés Polenta P'tit cottenin nature Petit suisse BIO aromatisé Glace petit pot
MERCREDI	Salade verte Tomate en salade Paupiette de veau à la moutarde Fricassée de légumes (champignons, carottes) Riz camarguais BIO Mimolette Petit suisse BIO aromatisé* Ananas au sirop Fruit BIO de saison*	Achard de légumes Salade de pommes de terre aux échalotes Poisson pané et citron Petits pois carottes aux oignons Riz pilaf Emmental Fromage blanc BIO Fruit Fruit BIO de saison*	Macédoine Mayonnaise Salade de pois chiches BIO Rôti de porc sauce forestière Pâtes BIO Piperade Camembert Fromage blanc BIO Glace bâtonnet	Betteraves BIO en salade Salade de blé à l'orientale Sauté de volaille aux 4 épices Pommes noisettes Tomate provençale Petit Moulé Nature Yaourt BIO à la vanille* Fruit Fruit BIO de saison*
JEUDI	Betteraves en salade Concombre en salade Filet de poisson sauce aurore Boulghour BIO Ratatouille Plateau de fromages Yaourt nature BIO Crème au chocolat	Concombre en salade Salade verte BIO Sauce bolognaise (boeuf) Aubergines à la tomate Macaronis BIO et fromage râpé Fromage blanc BIO aromatisé Lou mirabel Glace petit pot	Perle de blé, carottes et sésame Salade de choux fleur vinaigrette Boulette de boeuf sauce tomate cumin coriande Boulghour Tajine de légumes frais (courgettes et patate douce) P'tit cottenin ail et fines herbes Yaourt à la figue (Ferme Désiris) Quartier d'orange à la menthe	Salade verte Tomate en salade Nugget's végétal et ketchup Blé aux oignons Courgettes à la béchamel (castelnau) Brie Yaourt nature BIO * Gâteau du chef framboise et speculoos VÉGÉTARIEN
VENDREDI	Radis en salade sauce fromage blanc Salade de pâtes BIO Sauté de volaille LR au jus Blé aux oignons Carottes persillées Vache picon Yaourt BIO à la vanille Fruit BIO de saison*	Maïs en salade Tomate en salade Filet de colin sauce tomate Blé aux oignons Courgettes sauce tomate Edam Fromage blanc BIO * Gâteau au chocolat du chef	Oeuf BIO mayonnaise Salade de lentilles BIO Pavé fromager Petits pois au jus Pommes de terre persillées Petit suisse BIO aromatisé* Vache picon Fruit BIO de saison* VÉGÉTARIEN	Concombre en salade Radis beurre Filet de colin basquaise Ratatouille Semoule BIO Coulommiers Fromage blanc BIO aromatisé Compote pomme abricot

RECETTE ANTI-GASPI

Un moyen de lutter contre le gaspillage alimentaire !

10M de tonnes d'aliments sont jetées 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 28 SEPTEMBRE 2026 AU 18 OCTOBRE 2026 |

Scolaire Castelnau prim - Déjeuner

Du 28 sept. au 04 oct.

Du 05 oct. au 11 oct.

Du 12 oct. au 18 oct.

LUNDI

Salade de choux fleur vinaigrette
Salade de pommes de terre
Hachi Camarguais du chef
Carottes persillées
Tartare nature
Yaourt nature **BIO**
Fruit **BIO** de saison*

Coeurs de palmier vinaigrette
Salade verte **BIO**
Gnocchis gratinés à la provençale
Aubergines en gratin
Petit suisse **BIO** aromatisé
Tomme des Pyrénées
Crème au chocolat

Salade de légumes d'automne sauce aux agrumes (carottes, poivrons, vinaigrette pamplemousse)
Sauté de volaille sauce crème poivrons rouges
Brocolis persillés
Purée de patate douce
Fromage blanc **BIO** et coulis de mangue
Rondelé nature
Fruit **BIO** de saison*

MARDI

Salade de pâtes **BIO**
Salade verte
Omelette **BIO** du chef
Poêlée bretonne **BIO** (Chou fleur, brocolis)
Riz pilaf
Chanteneige
Fromage blanc **BIO***
Fruit **BIO** de saison*

Achard de légumes
Taboulé **BIO**
Sauté de volaille LR sauce forestière
Haricots verts persillés
Quinoa à la tomate
Saint Bricet
Yaourt nature **BIO***
Fruit **BIO** de saison*

Salade de mâche et fromage
Salade de pommes de terre
Poisson sauce crème citron et aneth
Endives à la béchamel
Gratin de pâtes
Chanteneige **BIO***
Yaourt nature **BIO**
Milkshake à la grenadine

MERCREDI

Friand au fromage
Paupiette de veau au jus
Boulghour
Purée de courgettes
Petit suisse **BIO** aromatisé
Tomme blanche
Flan chocolat
Flan vanille nappé caramel

Concombre en salade
Salade d'endives
Saucisse de Lozère
Purée de carottes
Emmental **BIO***
Fromage blanc **BIO***
Glace petit pot

Salade verte
Taboulé **BIO** aux graines de lin
Boulettes d'agneau sauce beurre cacahuète
Carottes **BIO** persillées
Semoule
Fromage blanc **BIO**
Rondelé aux Noix
Compote de pommes et amande du chef

JEUDI

Maïs en salade
Tomate en salade
Sauce carbonara aux lardons
Pâtes et râpé
Ratatouille
Encalat du larzac
Fromage blanc **BIO** aromatisé
Fruit **BIO** de saison*

Céleri remoulade
Macédoine de légumes **BIO**
Filet de colin sauce oseille
Poêlée arlequin
Riz camarguais **BIO**
Brie **BIO***
Fromage blanc **BIO** aromatisé
Fruit **BIO** de saison*

Salade concombre, tomates et pois chiches **BIO**
Risotto de petit épeautre, crémeux de courgettes aux fromages frais
Coulommiers
Petit suisse **BIO** aromatisé*
Gâteau choco noisette du chef

VENDREDI

Betteraves en salade
Salade de choux fleur vinaigrette
Calamars à la romaine et citron
Poêlée provençale
Pommes de terre persillées
Mimolette
Yaourt nature **BIO***
Eclair au chocolat

Carottes râpées
Chou Blanc Mayonnaise
Cordon bleu
Coquillettes **BIO**
Epinards hachés béchamel et croûtons
Emmental
Petit suisse **BIO** aromatisé*
Gâteau du chef aux pommes

Oeuf **BIO** mayonnaise
Salade de lentilles **BIO**
Sauté de boeuf RAV sauce échalote
Poêlée de pommes de terre et épinards persillés
Petit suisse **BIO** aromatisé*
Tomme des Pyrénées
Crème au Praliné

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 !

*Produits subventionnés par l'aide UE à destination des écoles

