

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

Scolaire Castelnau mater - 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
Paupiette de veau sauce safranée
Coquillettes **BIO**
Courgettes persillées
Petit Moulé Nature
Fruit **BIO** de saison*

Melon
Chipolatas au jus
Haricots beurre persillés
Lentilles **BIO** au jus
P'tit cottentin nature
Flan vanille nappé caramel

Crêpe au fromage
Boeuf bourguignon RAV
Carottes persillées
Semoule
Chantailou
Fruit **BIO** de saison*

Salade verte
Jambon blanc
Julienne de légumes
Macaronis **BIO**
Gouda
Fruit **BIO** de saison*

MARDI

Melon
Tortellini **BIO** ricotta épinard sauce tomate
Poêlée cordiale
Saint paulin **BIO***
Purée de Pommes **BIO**

Salade de haricots verts **BIO**
Pois chiches aux légumes couscous **BIO**
Semoule **BIO**
Yaourt **BIO** à la vanille*
Fruit **BIO** de saison*

Concombre en salade
Filet de colin sauce julienne
Choux fleur braisés
Purée de pommes de terre
Mont lacane
Compote pomme coing

Taboulé **BIO**
Cordon bleu
Haricots verts persillés
Polenta
P'tit cottentin nature
Glace petit pot

VÉGÉTARIEN

VÉGÉTARIEN

MERCREDI

Tomate en salade
Paupiette de veau à la moutarde
Fricassée de légumes (champignons, carottes)
Riz camarguais **BIO**
Petit suisse **BIO** aromatisé*
Fruit **BIO** de saison*

Salade de pommes de terre aux échalotes
Poisson pané et citron
Petits pois carottes aux oignons
Riz pilaf
Emmental
Fruit **BIO** de saison*

Macédoine Mayonnaise
Rôti de porc sauce forestière
Pâtes **BIO**
Piperade
Camembert
Glace bâtonnet

Betteraves **BIO** en salade
Sauté de volaille aux 4 épices
Pommes noisettes
Tomate provençale
Yaourt **BIO** à la vanille*
Fruit*

JEUDI

Betteraves en salade
Filet de poisson sauce aurore
Boulghour **BIO**
Ratatouille
Plateau de fromages
Crème au chocolat

Concombre en salade
Sauce bolognaise (bœuf)
Aubergines à la tomate
Macaronis **BIO** et fromage râpé
Lou mirabel
Glace petit pot

Perle de blé, carottes et sésame
Boulette de bœuf sauce tomate cumin coriande
Boulghour
Tajine de légumes frais (courgettes et patate douce)
Yaourt à la figue (Ferme Désiris)
Quartier d'orange à la menthe

Salade verte
Nugget's végétal et ketchup
Blé aux oignons
Courgettes à la béchamel (castelnau)
Yaourt nature **BIO***
Gâteau du chef framboise et speculoos

ALADIN OU LA LAMPE MERVEILLEUSE

VÉGÉTARIEN

VENREDI

Salade de pâtes **BIO**
Sauté de volaille LR au jus
Blé aux oignons
Carottes persillées
Vache picon
Fruit **BIO** de saison*

Tomate en salade
Filet de colin sauce tomate
Blé aux oignons
Courgettes sauce tomate
Fromage blanc **BIO***
Gâteau au chocolat du chef

Salade de lentilles **BIO**
Pavé fromager
Petits pois **BIO** au jus
Pommes de terre persillées
Petit suisse **BIO** aromatisé*
Fruit **BIO** de saison*

Radis beurre
Filet de colin basquaise
Ratatouille
Semoule **BIO**
Coulommiers
Compote pomme abricot

VÉGÉTARIEN

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



Ingédients :

- 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 mater - Déjeuner

Du 28 sept. au 04 oct.

Du 05 oct. au 11 oct.

Du 12 oct. au 18 oct.

LUNDI

Terrine de campagne et cornichons
Hachi Camarguais du chef
Carottes persillées
Tartare nature
Fruit **BIO** de saison*



Salade verte **BIO**
Gnocchis gratinés à la provençale
Aubergines en gratin
Tomme des Pyrénées
Crème au chocolat



VÉGÉTARIEN

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
Fruit **BIO** de saison*



SEMAINE DU GOÛT

MARDI

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



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



VÉGÉTARIEN

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



SEMAINE DU GOÛT

MERCREDI

Friand au fromage
Paupiette de veau au jus
Boulghour
Purée de courgettes
Tomme blanche
Flan vanille nappé caramel



Concombre en salade
Saucisse de Lozère
Purée de carottes
Emmental **BIO***
Glace petit pot



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



SEMAINE DU GOÛT

JEUDI

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



Macédoine de légumes **BIO**
Filet de colin sauce oseille
Poêlée arlequin
Riz camarguais **BIO**
Brie **BIO***
Fruit **BIO** de saison*



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



SEMAINE DU GOÛT

VENDREDI

Salade de chou fleur vinaigrette
Calamars à la romaine et citron
Poêlée provençale
Pommes de terre persillées
Yaourt nature **BIO***
Eclair au chocolat



Salade coleslaw
Cordon bleu
Coquillettes **BIO**
Epinards hachés béchamel et croûtons
Petit suisse **BIO** aromatisé*
Gâteau du chef aux pommes



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



SEMAINE DU GOÛT

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
- Épices 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

