



MENUS '4 SAISONS' | DU 04 SEPTEMBRE 2023 AU 22 OCTOBRE 2023 |

Scolaire 4C 1Bio/jour - Déjeuner

Du 04 sept. au 10 sept.

Du 11 sept. au 17 sept.

Du 18 sept. au 24 sept.

Du 25 sept. au 01 oct.

LUNDI

Tomate en salade  
Tortellini ricotta épinards  
Compote de pommes **BIO**



Salade de pommes de terre  
Chipolatas \*  
Haricots verts **BIO** persillés  
Lou mirabel

Filet de colin sauce julienne  
Coquillettes  
Tomme noire  
Fruit **BIO** de saison

Carottes râpées vinaigrette  
Boulettes d'agneau sauce orientale  
Semoule **BIO**  
Compote de poires

MARDI

Salade de pépinettes  
Rôti de porc au jus  
Carottes **BIO** à l'ail  
Saint paulin



Melon  
Tajine de pois chiches aux légumes  
Semoule **BIO**  
Mousse au chocolat

Oeuf dur mayonnaise  
Cordon bleu  
Courgettes basquaise  
Donuts

Nuggets végétal  
Pommes paillason et ketchup  
Coulommiers  
Fruit **BIO** de saison

MERCREDI

JEUDI

Sauté de veau sauce safrané  
Semoule **BIO**  
Yaourt nature sucré  
Fruit **BIO** de saison



Sauce bolognaise  
Pâtes **BIO**  
Fromage blanc nature  
Fruit de saison

Sauté de boeuf bourguignon  
Pommes vapeur  
Chanteneige  
Fruit **BIO** de saison

Filet de colin sauce provençale  
Purée de pommes de terre  
Fromage blanc aromatisé  
Fruit **BIO** de saison

VENDREDI

Betteraves en salade  
Filet de Colin sauce Armoricaïne  
Riz camarguais  
Flan chocolat



Crêpe au fromage  
Rôti de dinde à l'italienne  
Brocolis persillés  
Flan vanille

Pavé fromager  
Choux fleurs persillés  
Yaourt nature  
Gâteau au yaourt du chef

Salade de pois chiches marocaine  
Rôti de porc aux olives  
Haricots verts persillés  
Flan vanille nappé caramel

La PYRAMIDE ALIMENTAIRE



Les 7 grandes familles alimentaires :

- L'eau
- Les céréales
- Les fruits et légumes
- Les laitages
- La viande, le poisson, les œufs
- Les matières grasses
- Les sucreries





Scolaire 4C 1Bio/jour - Déjeuner

Du 02 oct. au 08 oct.

Du 09 oct. au 15 oct.

Du 16 oct. au 22 oct.

	Du 02 oct. au 08 oct.	Du 09 oct. au 15 oct.	Du 16 oct. au 22 oct.
LUNDI	Filet de colin à l'estragon Pommes de terre sautées P'tit cottie nature Compote de pommes BIO	Tortillas et houmous Dahl de lentilles corail Riz camarguais BIO Yaourt nature BIO	Taboulé Rôti de porc au jus Carottes fraîches sautées Fruit BIO de saison
MARDI	Salade mexicaine (haricots blanc et rouges, maïs) Boulettes de bœuf au jus Choux braisés Mousse au chocolat	Merguez à l'orientale Pâtes tricolores Mimolette Beignet à la framboise	Salade verte BIO Tortellini ricotta épinards Liégeois au chocolat
MERCREDI			
JEUDI	Sauté de boeuf aux oignons Ratatouille et riz Petit suisse sucré Fruit BIO de saison	Cake du chef à la tomate Assortiment de viandes (choucroute) Choux (choucroute) et pommes vapeur Plateau de fromages	Macédoine mayonnaise Cabillaud sauce provençale Riz pilaf Fruit BIO de saison
VENREDI	Tortillas pomme de terre et oignons Légumes façon wok Yaourt nature BIO Fougasse à la fleur d'oranger du chef	Friand au fromage Rillettes de thon Légumes en bâtonnet Mousse au chocolat	Salade de coquillettes Paupiette de veau au jus Chou fleur à la béchamel Fruit BIO de saison

LA PYRAMIDE ALIMENTAIRE



Les 7 grandes familles alimentaires :

- L'eau
- Les céréales
- Les fruits et légumes
- Les laitages
- La viande, le poisson, les œufs
- Les matières grasses
- Les sucreries

