



MENUS '4 SAISONS' | DU 03 MARS 2025 AU 30 MARS 2025

Menu sans viande 5 - Déjeuner

	Du 03 mars au 09 mars	Du 10 mars au 16 mars	Du 17 mars au 23 mars	Du 24 mars au 30 mars
LUNDI	Crêpe au fromage Poisson pané et citron Carottes fraîches persillées Yaourt nature BIO Fruit de saison	Taboulé Nuggets végétal Choux fleurs persillés Brie Fruit BIO de saison VÉGÉTARIEN	Salade de pépinettes Tortillas pomme de terre et oignons Haricots verts BIO persillés P'tit cotentin nature Liégeois au chocolat	Salade verte BIO Galette végétale Aligot Crème à la vanille
MARDI	Salade coleslaw BIO Bâtonnet croustillant blé et carotte Pommes de terre persillées Camembert Crème au chocolat	Betteraves en salade Pané de blé fromage et épinards Purée de pommes de terre Carré frais BIO Crème à la vanille	Potage crécy BIO Filet de colin sauce julienne Pommes vapeur Plateau de fromages Fruit de saison	Salade de pois chiches nature Pavé fromager Épinards branches et croûtons Yaourt nature Fruit BIO de saison VÉGÉTARIEN
JEUDI	Potage dubarry Pois chiches aux légumes de couscous Semoule BIO Lou mirabel Compote pomme banane VÉGÉTARIEN	Salade mexicaine (haricots blanc et rouges, maïs) Bâtonnet croustillant blé et carotte Pommes noisettes Petit suisse BIO aromatisé Cocktail de fruits Ketchup TEX MEX	Chou blanc BIO en salade Samoussa de légumes Macaronis et râpé Petit suisse sucré Compote pomme fraise	Potage de haricots verts Boulettes tomate mozzarella Gratin de choux fleurs Yaourt nature BIO Gâteau aux haricots rouges du chef EXPRESSION HARICOT
VENDREDI	Salade de saison Picoussel sauce tomate Brocolis persillés Chanteneige BIO Gâteau aux pépites de chocolat du chef	Carottes râpées vinaigrette Blanquette de poisson Riz camarguais BIO Lou Bren Compote de pommes	Friand au fromage Omelette du chef Carottes fraîches sautées Edam Yaourt aromatisé à la barbe à papa VÉGÉTARIEN	Macédoine mayonnaise Filet de colin basquaise Semoule BIO Tartare nature Fruit de saison

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 !





Menu sans viande 5 - Déjeuner

Du 31 mars au 06 avr.

Du 07 avr. au 13 avr.

LUNDI

Radis + beurre
Haricots rouges à la tomate
Riz camarguais **BIO**
Tomme de Lozère
Compote de pommes



Macédoine mayonnaise
Omelette du chef
Pommes paillassons
Yaourt nature
Fruit de saison



MARDI

Chou blanc **BIO** en salade
Calamars à la romaine et citron
Purée aux 3 légumes
Carré frais **BIO**
Flan vanille nappé caramel



Lentille **BIO** en salade
Crique au cantal
Haricots verts persillés
Camembert
Crème au chocolat



VÉGÉTARIEN

JEUDI

Velouté de légumes du chef
Tortellini épinards sauce tomate et râpé
Bûchette mélangée
Fruit **BIO** de saison



Salade de pâtes **BIO**
Samoussa de légumes
Gratin de brocolis
Fromage les Fripons
Compote pommes pêche



VÉGÉTARIEN

VENDREDI

Salade de saison
Tortillas pomme de terre et oignons
Carottes fraîches persillées
Yaourt nature **BIO**
Eclair au chocolat



Oeuf dur mayonnaise
Filet de Colin sauce Armoricaïne
Pommes vapeur
Petit suisse **BIO** aromatisé
Gâteau de Pâques du chef
Oeufs de Pâques en chocolat



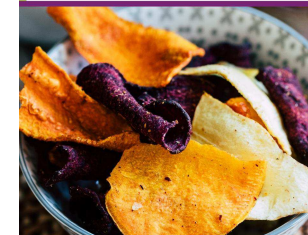
PAQUES

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 !

