

## MENUS '4 SAISONS' | DU 5 JANVIER 2026 AU 1 FÉVRIER 2026 |

### Scolaire Bassan s/viande - Déjeuner

Du 05 janv. au 11 janv.

Du 12 janv. au 18 janv.

Du 19 janv. au 25 janv.

Du 26 janv. au 01 févr.

LUNDI

Céleri rémoulade  
Gnocchis aux petits pois, épinards et pesto  
Vache picon  
Fruits BIO de saison



Salade de lentilles BIO  
Cubes de poisson blanc aux 3 céréales  
Chou fleur à la béchamel  
Petit suisse sucré  
Fruits BIO de saison



Salade de pois chiches BIO  
Picoussel sauce tomate  
Poêlée cordiale  
Yaourt Nature  
Fruits BIO de saison



Salade de saison BIO  
Oeufs durs BIO  
Pommes vapeur et fromage à raclette  
Fruit



RACLETTE

MARDI

Taboulé BIO  
Pavé fromager  
Brocolis persillés  
Camembert  
Crème à la vanille



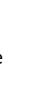
Salade verte BIO  
Curry de pois chiches BIO, tomate et carottes  
Sémoule BIO  
Brie  
Compote pomme pêche



Salade de haricots verts  
Nuggets végétal  
Potatoes et ketchup  
Bûchette mélangée  
Flan vanille nappé caramel



Velouté de petits pois  
Risotto de coquillettes BIO au fromage  
Vache qui rit BIO  
Compote pomme fraise



MERCREDI

Potage de potiron  
Filet de poisson sauce armoricaine  
Riz camarguais BIO  
Tomme de Lozère  
Fruits BIO de saison



Velouté de légumes BIO  
Harcots rouges à la tomate  
Riz camarguais  
Tomme de Savoie  
Crème au chocolat



Carottes râpées vinaigrette  
Tajine de poisson  
Sémoule BIO  
Edam  
Compote pomme abricot



Salade de lentilles aux échalotes  
Omelette BIO au fromage  
Epinards hachés et croûtons  
Fromage blanc nature  
Fruits BIO de saison



JEUDI

Salade de saison BIO  
Galette de quinoa à la provençale  
Purée aux 3 légumes  
Petit suisse BIO aromatisé  
Galette des Rois



Betteraves en salade  
Poisson pané et citron  
Harcots blancs à la tomate  
Fromage blanc sucré  
Fruits BIO de saison



Céleri rémoulade  
Poisson pané et citron  
Choux fleurs persillés  
Chanteneige BIO  
Tarte aux pommes



Macédoine mayonnaise  
Filet de colin sauce julienne  
Carottes BIO persillées  
Yaourt aromatisé  
Gâteau aux amandes et coco



VENDREDI

#### 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, curcuma, 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 2 FÉVRIER 2026 AU 22 FÉVRIER 2026 |

### Scolaire Bassan s/viande - Déjeuner

Du 02 fevr. au 08 fevr.

Du 09 fevr. au 15 fevr.

Du 16 fevr. au 22 fevr.

LUNDI

Crêpe au fromage  
Calamars à la romaine et citron  
Chou fleur à la béchamel  
Plateau de fromages  
Crêpe au chocolat

CHANDELEUR

Salade de lentilles BIO  
Nuggets végétal  
Petits pois au jus  
Camembert  
Fruits BIO de saison



Salade de saison BIO  
Torsade HVE sauce tomate, basilic et fromage  
Edam BIO  
Fruit



MARDI

Betteraves BIO en salade  
Poisson pané et citron  
Beignets de salsifis  
Vache qui rit BIO  
Liégeois au chocolat



Oeuf BIO mayonnaise  
Filet de colin sauce oseille  
Pommes vapeur  
Petit suisse BIO aromatisé  
Fruits BIO de saison



Nems aux légumes  
Samoussa de légumes  
Légumes façon wok  
Mimolette  
Compote pomme fraise



#### 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 !



MERCREDI

Salade de pois chiches  
Blanquette de haricots blancs  
Brocolis braisés  
Petit suisse sucré  
Gâteau du chef au yaourt



Salade de chou chinois sauce sucrée salée  
Sauce à la mexicaine BIO  
Coquillettes BIO  
Encalat du larzac  
Compote pomme banane



Salpicao (carottes, maïs, céleri, pomme)  
Haricots rouges à la tomate  
Riz camarguais BIO  
Petit suisse BIO aromatisé  
Bolo de fuba du chef



CARNAVAL DE RIO

VENDREDI

Salade de saison  
Chili végétarien BIO  
Riz camarguais BIO  
Lou mirabel  
Compote de poires



Céleri rémoulade  
Crique au Cantal  
Harcicots verts persillés  
Yaourt nature BIO  
Gâteau du chef framboise et speculoos



Taboulé BIO  
Blanquette de poisson  
Carottes fraîches aux petits oignons  
Brie  
Flan vanille nappé caramel



PRATIQUE JE ME REPÈRE DANS LE MENU

LOCAL

DU CHEF

LABELS (EGALIM)

SOUS RÉSERVE DE MODIFICATIONS