



MENUS '4 SAISONS' | DU 14 AVRIL 2025 AU 20 AVRIL 2025 |

Menu primaire végétarien

Du 14 avr. au 19 avr.

LUNDI

Macédoine mayonnaise
Salade de pépinettes
Omelette **BIO** du chef
Epinards hachés **BIO**
Pommes de terre persillées
Cantal AOP
Yaourt nature **BIO**
Compote de poires / fruit



MARDI

Houmous
Salade coleslaw
Galette de quinoa à la provençale
Boulghour **BIO**
Poêlée de légumes
Carré frais **BIO**
Fromage blanc **BIO**
Crème à la vanille / crème caramel



MERCREDI

Salade iceberg
Taboulé
Curry de lentilles **BIO**
Poêlée de carottes et champignons à la crème
Riz camarguais **BIO**
Emmental
Yaourt nature **BIO**
Compote de pommes du chef / fruit



JEUDI

Salade de blé à l'orientale
Radis croc'sel
Mélange mexicain **BIO**
Courgettes persillées
Macaronis **BIO**
Fromage blanc **BIO**
Vache picon
Gâteau au chocolat du chef / Gâteau framboise spéculos du chef



VENDREDI

Céleri sauce cocktail
Salade de saison
Pois chiches **BIO** sauce curry
Purée de carottes et pommes de terre
Semoule
Fromage blanc **BIO**
Tomme noire
Cocktail de fruits / fruit



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 !



SOUS RÉSERVE DE MODIFICATIONS *





MENUS '4 SAISONS' | DU 21 AVRIL 2025 AU 27 AVRIL 2025 |

Menu primaire végétarien

Du 21 avr. au 27 avr.

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENREDI

Macédoine mayonnaise

Salade mexicaine **BIO**

Boulettes de blé façon thaï

Pâtes **BIO**

Poêlée arlequin

Vache picon

Yaourt nature **BIO**

Flan chocolat / flan vanille



Betteraves en salade

Salade verte **BIO**

Parmentier pomme de terre végétal

Piperade

Coulommiers

Fromage blanc **BIO**

Compote pomme abricot

Fruit de saison / compote pomme abricot



Crêpe au fromage

Falafels menthe coriandre

Carottes fraîches persillées

Lentilles **BIO** au jus

Carré frais

Yaourt nature **BIO**

Compote de pommes / fruit



Carottes râpées **BIO** au citron

Céleri rémoulade

Galette lentilles boulghour et légumes

Poêlée forestière

Riz camarguais **BIO**

Comté AOP

Yaourt **BIO** à la vanille

Gâteau au yaourt du chef / Gâteau aux pépites de chocolat



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 !



SOUS RÉSERVE DE MODIFICATIONS *

