



MENUS '4 SAISONS' | DU 06 MARS 2023 AU 23 AVRIL 2023 |

Scolaire sans viande

Du 06 mars au 12 mars

Du 13 mars au 19 mars

Du 20 mars au 26 mars

Du 27 mars au 02 avr.

LUNDI

Aiguillettes panée de blé et emmental
Coquillettes
Edam
Fruit **BIO** de saison



Velouté de courges **BIO**
Tortellini épinards
Sauce tomate et râpé
Yaourt nature **BIO**



Samoussa de légumes
Carottes persillées du chef
Lou mirabel
Fruit **BIO** de saison



Tortillas pomme de terre et oignons
Purée de brocolis
Petit suisse aromatisé
Fruit **BIO** de saison



MARDI

Céleri mayonnaise
Lentilles à la tomate
Riz camarguais
Yaourt nature **BIO**



Friand au fromage
Pané de blé fromage et épinards
Gratin de poireaux et pommes de terre
Fruit **BIO** de saison



Potage crécy **BIO**
Picoussel nature du chef
Lentilles au jus
Flan chocolat



Quenelle à la sauce tomate
Macaronis **BIO**
Gouda
Fruit **BIO** de saison



MERCREDI

Velouté de légumes **BIO**
Galette de quinoa à la provençale
Purée de pommes de terre
Fruit de saison
Sauce tomate



Salade verte **BIO**
Pavé fromager
Chou fleur à la béchamel
Gâteau aux pépites de chocolat du chef



Pizza au fromage
Boulettes de pois chiches
Poêlée arlequin
Fruit **BIO** de saison
Sauce tomate



Salade de saison
Pavé fromager
Pommes noisettes
Crème au chocolat



JEUDI

Omelette du chef
Haricots verts **BIO** persillés
Petit suisse **BIO** aromatisé
Gâteau au yaourt du chef



Filet de colin au pesto
Riz pilaf
Plateau de fromages
Fruit **BIO** de saison



Aiguillettes panée de blé et emmental
Tortis
Fromage blanc nature
Fruit **BIO** de saison



Carottes râpées vinaigrette
Seiches à l'armoricaine
Riz camarguais **BIO**
Yaourt nature **BIO**



VENDREDI

Taboulé
Calamars à la romaine et citron
Carottes persillées du chef
Tomme blanche



Carottes râpées vinaigrette
Nugget's végétal et ketchup
Potatoes
Flan vanille nappé caramel



Salade verte **BIO**
Filet de hoki sauce à l'oseille
Poêlée de légumes d'hiver
Eclair au chocolat



Velouté d'épinards
Falafels menthe coriandre
Petit pois au jus
Fruit de saison
Sauce à la crème

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 sans viande

Du 03 avr. au 09 avr.

Du 10 avr. au 16 avr.

Du 17 avr. au 23 avr.

LUNDI

Salade de lentilles
Tortillas pomme de terre et oignons
Haricots verts persillés
Flan vanille

Salade de perles marines
Pané de sarrasin lentilles aux poireaux
Haricots beurre à l'ail
Yaourt nature
Sauce tomate

MARDI

Lentilles aux oignons
Pâtes **BIO**
P'tit cottentin nature
Compote de pommes

Salade mexicaine (haricots blanc et rouges, maïs)
Cabillaud au beurre citronné
Gratin de Légumes
Fruit **BIO** de saison

Parmentier de légumes
Emmental **BIO**
Compote de pommes **BIO**

MERCREDI

Oeuf dur mayonnaise
Galette végétale tomate mozzarella
Polenta
Fruit **BIO** de saison
Sauce tomate

Chou blanc **BIO** en salade
Picoussel nature du chef
Purée aux 3 légumes
Flan pâtissier

Salade de lentilles
Aiguillettes panée de blé et emmental
Jardinière de légumes
Fruit **BIO** de saison

JEUDI

Velouté de brocolis
Haricots rouges à la tomate
Semoule **BIO**
Petit suisse **BIO** aromatisé

Boulettes tomate mozzarella
Blé aux oignons
Coulommiers
Compote de poires
Sauce à la crème

Velouté de légumes **BIO**
Tortellini épinards
Sauce tomate et râpé
Flan vanille nappé caramel

VENDREDI

Salade verte **BIO**
Poisson pané et citron
Choux fleur braisés
Gâteau de Pâques Maison
Oeufs de Pâques en chocolat

Tajine de pois chiches
Farfalles
Yaourt nature **BIO**
Fruit **BIO** de saison

Salade coleslaw
Colin sauce crème ciboulette
Riz **BIO** pilaf
Fromage blanc nature

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

