



BIEN MANGER en restauration collective

C'est possible !



MENUS 4 SAISONS | DU 22 AVRIL 2024 AU 19 MAI 2024

Menu alternatif - Déjeuner

Du 22 avr. au 28 avr.

Du 29 avr. au 05 mai

Du 06 mai au 12 mai

Du 13 mai au 19 mai

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
<p>Omelette du chef Purée de panais Lou mirabel Fruit BIO de saison</p> <p>1 2 1 2 1 2 1 2</p>	<p>Aiguillettes panée de blé et emmental Poêlée provençale Yaourt nature BIO Gâteau aux amandes et coco</p> <p>1 2 1 2 1 2 1 2</p>	<p>Betteraves BIO en salade Tajine de pois chiches Semoule BIO Flan chocolat</p> <p>1 2 1 2 1 2 1 2</p>	<p>Céleri râpé frais BIO sauce cocktail Filet de colin à la crème Coquillettes Fruit BIO de saison</p> <p>1 2 1 2 1 2 1 2</p>	<p>Salade de blé à l'orientale Boulettes tomate mozzarella Carottes BIO persillées Compote de pommes BIO</p> <p>1 2 1 2 1 2 1 2</p>
<p>Salade de pâtes BIO Rigolo au fromage Choux fleurs persillés Fruit BIO de saison</p> <p>1 2 1 2 1 2 1 2</p>	<p>Picaussel sauce tomate Lentilles BIO Saint-paulin BIO Compote de poires BIO</p> <p>1 2 1 2 1 2 1 2</p>		<p>Haricots rouges sauce 4 épices Pommes vapeur Camembert BIO Crème à la vanille</p> <p>1 2 1 2 1 2 1 2</p>	<p>Salade de tomates BIO Filet de colin meunière Courgettes basquaise Eclair au chocolat</p> <p>1 2 1 2 1 2 1 2</p>
<p>Macédoine mayonnaise Pavé fromager Purée de pommes de terre Crème au Caramel</p> <p>1 2 1 2 1 2 1 2</p>	<p>Salade de quinoa Galette végétale Haricots verts BIO persillés Fruit BIO de saison</p> <p>1 2 1 2 1 2 1 2</p>		<p>Salade verte BIO Fishburger Potatoes Brownies du chef</p> <p>1 2 1 2 1 2 1 2</p>	<p>Crêpe au fromage Tortillas pomme de terre et oignons Ratatouille du chef Fruit BIO de saison</p> <p>1 2 1 2 1 2 1 2</p>
<p>Salade de Choux BIO Tortellini épinards sauce tomate et râpé Fruit BIO de saison</p> <p>1 2 1 2 1 2</p>	<p>Taboulé BIO du chef Aiguillettes panée de blé et emmental Légumes façon wok Flan vanille nappé caramel</p> <p>1 2 1 2 1 2 1 2</p>	<p>Filet de lieu sauce ciboulette Coquillettes BIO Coulonniers BIO Compote pomme fraise</p> <p>1 2 1 2 1 2 1 2</p>		

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 DÉPLUCHURES DE LÉGUMES



Ingédients :

- Epiluchures de légumes
- Huile d'olive
- Epices de votre choix : paprika, cumin, herbes, ail...
- Sel

Préparation :

- Rincer les épiluchures
- Ajouter l'assaisonnement
- Ajouter un filet d'huile d'olive sur le tout
- Enfourner 15 min à 200°C

PLUS QU'À VOUS RÉGALER !

PRATIQUE JE ME REPÈRE DANS LE MENU



LOCAL



DU CHEF



LABELS (EGALIM)

SOUS RÉSERVE DE MODIFICATIONS \*



**BIEN MANGER** en restauration collective

**C'est possible !**



**MENUS '4 SAISONS' | DU 20 MAI 2024 AU 16 JUIN 2024**

Menu alternatif - Déjeuner

Du 20 mai au 26 mai

Du 27 mai au 02 juin

Du 03 juin au 09 juin

Du 10 juin au 16 juin

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
<p>Filet de colin sauce oseille Purée de pommes de terre Gouda Compote pomme fraise</p> <p>Tomate en salade Filet de colin aux herbes de provence Semoule BIO Glace petit pot</p> <p>Melon Haricots rouges à la tomate Blé aux petits légumes Crème pralinée</p>	<p>Salade de pâtes BIO Calamars à la romaine et citron Haricots verts persillés Yaourt nature BIO</p> <p>Lentille BIO en salade Boulettes tomate mozzarella Belgettes de saïfiths Fruit BIO de saison</p> <p>Pastèque Œuf dur Salade de pâtes Compote pomme framboise</p> <p>Tomate Croc'sel Poisson pané et citron Gratin d'aubergines fraîche et pommes de terre Fruit BIO de saison</p>	<p>Concombre BIO en salade Omelette aux fines herbes Pommes de terre sautées Compote pommes abricots</p> <p>Pavé fromager Carottes sautées aux oignons Tomme des Pyrénées Gâteau du chef aux pommes</p> <p>Carottes râpées BIO Nuggets végétal Poêlée gourmande (pommes de terre, courgettes et pois gourmands) Tarte au flan</p> <p>Aiguillettes panée de blé et emmental Semoule BIO Saint paulin BIO Compote de pommes BIO</p>	<p>Pois chiches aux légumes de couscous Semoule BIO Tomme blanche Glace bâtonnet</p> <p>Salade de tomates BIO Picassuel sauce tomate Tortil BIO Crème dessert BIO</p> <p>Lentilles à la tomate Macaronis BIO et fromage râpé Brie BIO Fruit BIO de saison</p> <p>Friand au fromage Omelette du chef Courgettes persillées Fruit BIO de saison</p>	<p>Aiguillettes panée de blé et emmental Courgettes persillées Crème anglaise Gâteau au chocolat du chef</p> <p>Salade mexicaine (haricots blanc et rouges, maïs) Tortillas pomme de terre et oignons Petits pois BIO à la barigoule Fruit BIO de saison</p> <p>Taboulé BIO du chef Galette végétale Ratatouille du chef Yaourt nature BIO</p> <p>Œuf dur mayonnaise Macedoine de légumes Yaourt aromatisé BIO Gâteau aux pépites de chocolat du chef</p>

PRATIQUE JE ME REPÈRE DANS LE MENU



LOCAL



DU CHEF



LABELS (EGALIM)

SOUS RÉSERVE DE MODIFICATIONS \*

**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 DÉPLUCHURES DE LÉGUMES**



**Ingédients :**

- Epiluchures de légumes
- Huile d'olive
- Épices de votre choix : paprika, cumin, herbes, ail...
- Sel

**Préparation :**

- Rincer les épiluchures
- Ajouter l'assaisonnement
- Ajouter un filet d'huile d'olive sur le tout
- Enfourner 15 min à 200°C

**PLUS QU'À VOUS RÉGALER !**





BIEN MANGER en restauration collective

C'est possible !



MENUS 4 SAISONS | DU 17 JUIN 2024 AU 07 JUILLET 2024

Menu alternatif - Déjeuner

Du 17 juin au 23 juin

Du 24 juin au 30 juin

Du 01 juil. au 07 juil.

LE JOUR	LES PLATS	LES PLATS	LES PLATS
LUNDI	<p>Taboulé BIO du chef Boulettes tomate mozzarella Haricots verts BIO persilles Yaourt nature</p>	<p> Lentille BIO en salade Aiguillettes panee de blé et emmental Ratatouille du chef Fruit BIO de saison</p>	<p> Betteraves en salade (stock de secours) Œuf dur mayonnaise Salade de haricots verts BIO (accompagnement) Fruit BIO de saison</p>
MARDI	<p>Salade verte BIO Quenelle à la sauce tomate Riz BIO pilaf Flan vanille nappé caramel</p>	<p> Galette végétale Potatoes et ketchup Vache qui rit BIO Compote de pommes maison</p>	<p> Salade niçoise appetisée 220g (stock de secours) Tomme grise d'Auvergne Compote de pommes et galette ST Michel (stock de secours)</p>
MERCREDI	<p>Salade de blé BIO Tortillas pomme de terre et oignons Printanière de légumes Petit suisse sucré</p>	<p> Haricots rouges à la tomate Macaronis BIO et fromage râpé Coulommiers BIO Crème dessert BIO</p>	<p> Concombre BIO en salade Filet de poisson aux épices tandoori Pommes de terre sautées Glace petit pot</p>
JEUDI	<p>Surini Salade de pâtes Chantenaïse BIO Compote pommes pêche Mayonnaise</p>	<p> Tomate à la Ciboulette Moquecca de poisson à la brésilienne Riz BIO pilaf Petit suisse sucré</p>	<p> Nuggets végétal Aubergines et courgettes fraîches en gratin Fromage blanc BIO aromatisé Muffin au chocolat</p>
VENDREDI	<p>Concombre en salade Pois rîches aux légumes de couscous Semoule BIO Glace bâtonnet</p>	<p> Betteraves en salade Pavé fromager Carottes fraîches sautées Gâteau au yaourt du chef</p>	<p> Tomates BIO croc'sel Hot dog végétarien Chips Petit Filou tubes</p>

PRATIQUE JE ME REPERE DANS LE MENU



LOCAL



DU CHEF



LABELS (EGALIM)

SOUS RÉSERVE DE MODIFICATIONS \*

RECETTE anti-gaspil

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 DÉPLUCHURES DE LÉGUMES



Ingédients :

- Epiluchures de légumes
- Huile d'olive
- Epices de votre choix : paprika, cumin, herbes, ail...
- Sel

Préparation :

- Rincer les épiluchures
- Ajouter l'assaisonnement
- Ajouter un filet d'huile d'olive sur le tout
- Enfourner 15 min à 200°C

PLUS QU'À VOUS RÉGALER !