



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 Coulommiers 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 saïfishs Fruit BIO de saison</p> <p>Pasteque 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 tomates d'aliments sont jetés par an, pour limiter ce gaspillage, voici une idée de recette à faire chez vous :

CHIPS DÉPLUCHURES DE LÉGUMES



Ingrédients :

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

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



INGRÉDIENTS :

- 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 !