



BIEN MANGER en restauration collective

C'est possible !

MENUS '4 SAISONS' | DU 24 AVRIL 2023 AU 09 JUILLET 2023 |

Menu scolaire sans viande - Déjeuner

	Du 24 avr. au 30 avr.	Du 01 mai au 07 mai	Du 08 mai au 14 mai	Du 15 mai au 21 mai
LUNDI	Salade de brocolis vinaigrette Raviolis au saumon Fromage fondu le carré Fruit BIO de saison			Carottes BIO râpées vinaigrette Quenelle à la sauce tomate Poêlée multicolore Cantal AOP Flan vanille nappé caramel
MARDI	Salade verte Pavé fromager Lentilles au jus Bûche du pilat Compote de pommes BIO	Tomate à la croque Brandade de poisson Petit suisse BIO aromatisé Fruit de saison	Taboulé BIO du chef Roulé au fromage Petits pois au jus Fromage les Fripons Fruit de saison	Salade de haricots verts Tajine de poisson Semoule BIO Yaourt nature local (vrac) Fruit de saison
MERCREDI				
JEUDI	Carottes râpées vinaigrette Filet de poisson sauce julienne Purée de pommes de terre Camembert BIO Flan chocolat	Salade iceberg Tortellini ricotta épinards sauce verte Chanteneige BIO Flan vanille	Salade coleslaw Raviolis au saumon à la sauce tomate Coulommiers Compote de pommes BIO	
VENDREDI	Céleri râpé frais BIO sauce cocktail Omelette nature Jardinière de légumes Yaourt aromatisé Mini beignets au chocolat	Salade de lentilles aux épices Pané de blé fromage et épinards Jeunes carottes au jus Vache picon Fruit BIO de saison	Salade verte fraîche Fishburger Frites Yaourt nature Donuts	

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

PRATIQUE JE ME REPÈRE DANS LE MENU



LOCAL



DU CHEF



LABELS (EGALIM)

SOUS RÉSERVE DE MODIFICATIONS *



Menu scolaire sans viande - Déjeuner

Du 22 mai au 28 mai

Du 29 mai au 04 juin

Du 05 juin au 11 juin

Du 12 juin au 18 juin

LUNDI

Salade verte
Oeufs durs sauce aurore
Purée de pommes de terre
Vache picon
Compote de pommes **BIO**



Pastèque
Pavé fromager
Lentilles au jus
Saint paulin **BIO**
Crème à la vanille

Taboulé **BIO** du chef ☐
Quenelle à la sauce tomate ☐
Courgettes persillées ☐
Yaourt nature ☐
Fruit de saison ☐



MARDI

Radis et beurre
Raviolis aux légumes
Tomme grise d'Auvergne
Flan vanille



Betteraves en salade
Brandade de poisson
Yaourt nature
Fruit **BIO** de saison



Salade de blé à l'orientale
Filet de lieu sauce ciboulette
Haricots verts **BIO** persillés
Petit suisse sucré
Fruit de saison



Melon jaune
Lasagnes ricotta épinards.
Saint nectaïre
Flan vanille nappé caramel



MERCREDI

JEUDI

Salade de pommes de terre
Poisson pané
Courgettes fraîches à la béchamel
Tartare ail et fines herbes
Fruit **BIO** de saison



Pastèque
Raviolis au saumon à la sauce tomate
Camembert **BIO**
Flan chocolat



Macédoine mayonnaise
Boulettes de blé façon thai
Farfalles à la tomate
Yaourt nature local (vrac)
Fruit de saison



Salade verte **BIO**
Filet de poisson meunière
Petits pois et carottes au jus
Petit suisse sucré
Tarte au flan



VENDREDI

Salade de tomates **BIO**
Chili végétarien
Riz créole
Yaourt nature
Fraises



Taboulé **BIO** du chef
Galette de soja à la provençale
Epinards hachés à la crème
Chanteneige
Fruit de saison



Salade de perles Alpina Savoie
Poisson pané
Carottes persillées
Fromage les Fripons
Purée de pommes abricots **BIO**



Concombres frais à la menthe
Oeufs durs à la piperade
Riz aux petits légumes
Edam
Compote de pommes **BIO**



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





Menu scolaire sans viande - Déjeuner

Du 19 juin au 25 juin

Du 26 juin au 02 juil.

Du 03 juil. au 09 juil.

LUNDI

Salade de pois chiches marocaine
Galette de quinoa à la provençale
Carottes persillées
Petit suisse **BIO** aromatisé
Fruit de saison



Salade de blé à l'orientale
Poisson pané
Brocolis à la béchamel
Fraidou
Fruit **BIO** de saison



Pastèque
Thon
Salade de riz du chef
Brie
Compote pomme framboise



MARDI

Radis et beurre
Œuf dur mayonnaise
Pommes de terre en salade
Vache qui rit **BIO**
Compote pommes cassis



Salade verte **BIO**
Pané de blé fromage et épinards
Lentilles au jus
Tomme grise d'Auvergne
Compote



Salade de boulghour **BIO**
Omelette nature
Epinards hachés à la crème
Yaourt nature local (vrac)
Fruit de saison



MERCREDI

JEUDI

Macédoine mayonnaise
Filet de colin sauce citron
Boulghour **BIO**
Cantal AOP
Fruit de saison



Taboulé **BIO** du chef
Pizza au fromage
Salade de haricots verts
Yaourt nature local (vrac)
Fruit de saison



Salade verte **BIO**
Nuggets végétal
Potatoes
Coulommiers
Crème à la vanille



VENDREDI

Salade de tomates ☐
Calamar à la romaine ☐
Ratatouille du chef ☐
Yaourt nature ☐
Gâteau au citron du chef ☐



Betteraves en salade
Filet de lieu sauce ciboulette
Pommes de terre persillées
Camembert **BIO**
Crème dessert



Pique-nique de fin d'année



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

