



MENUS '4 SAISONS' | DU 06 JANVIER 2025 AU 02 FÉVRIER 2025 |

Menu grands Egalim - Déjeuner

Du 06 janv. au 12 janv.

Du 13 janv. au 19 janv.

Du 20 janv. au 26 janv.

Du 27 janv. au 02 févr.

LUNDI

Carottes râpées fraîches
Sauté de veau au jus
Haricots verts **BIO** à l'ail
Fraidou
Fruit de saison



Velouté de patate douce du chef
Lasagnes ricotta épinards
Cancoillotte nature IGP
Fruit de saison



Salade de haricots beurre
Dahl de lentilles et carottes à la crème de coco
Comté de la maison Benoit (39)
Fruit **BIO** de saison



Salade de boulghour **BIO**
Filet de lieu sauce ciboulette
Epinards **BIO** à la crème
Yaourt nature **BIO**
Fruit de saison



MARDI

Betteraves **BIO** en salade
Sauté de boeuf aux oignons
Macaronis **BIO**
Fromage blanc **BIO** d'Adèle
Fruit **BIO** de saison



Chou blanc frais vinaigrette
Sauté de veau sauce forestière
Semoule **BIO**
Camembert
Compote pomme framboise



Salade de blé à l'orientale
Filet de poisson sauce curry
Chou romanesco à la crème
Bûchette mélangée
Compote pomme banane



Salade de chou chinois sauce sucrée salée
Sauté de porc au jus
Riz cantonnais
Chanteneige **BIO**
Fruit de saison



MERCREDI

Salade de pommes de terre
Colombo de volaille
Choux fleurs persillés
Saint nectaire AOP
Compote de pommes **BIO**



Salade d'endives
Sauté de boeuf en daube
Gratin de poireaux frais et pommes de terre
Vache qui rit **BIO**
Compote pomme menthe du chef



Macédoine vinaigrette
Tartiflette
Yaourt aromatisé
Fruit de saison



Chou blanc **BIO** vinaigrette
Sauté de boeuf sauce tomate
Haricots verts **BIO** persillés
Tomme grise d'Auvergne
Compote de pommes du chef



JEUDI

Macédoine vinaigrette
Omelette au coulis de tomate
Riz **BIO**
Cantal AOP
Compote de pommes du chef



Salade de boulghour **BIO**
Filet de poisson sauce crème
Carottes **BIO** de la légumerie de Dijon
Emmental **BIO**
Fruit **BIO** de saison



Carottes râpées **BIO** de la légumerie de Dijon
Steack haché au jus
Flageolets à l'ail
Chanteneige **BIO**
Compote pomme lactée du chef



Carottes râpées fraîches
Jambon blanc
Pommes vapeur **BIO**
Fromage à raclette
Compote pomme pêche



VENREDI

Céleri râpé **BIO** sauce fromage blanc
Filet de colin sauce citron
Purée de courges **BIO**
Yaourt aromatisé
Compote de pommes citron du chef



Betteraves **BIO** en salade
Poulet Gaston Gérard
Purée de pommes de terre
Yaourt nature **BIO**
Fruit de saison



Céleri **BIO** sauce cocktail de la légumerie de Dijon
Rôti de porc à la moutarde
Navets frais **BIO** et pommes de terre béchamel
Fromage blanc nature
Fruit de saison



Velouté de légumes du chef
Tortellinis ricotta sauce tomate
Fromage les Fripons
Fruit de saison



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 !





MENUS '4 SAISONS' | DU 03 FÉVRIER 2025 AU 23 FÉVRIER 2025

Menu grands Egalim - Déjeuner

Du 03 févr. au 09 févr.

Du 10 févr. au 16 févr.

Du 17 févr. au 23 févr.

LUNDI

Salade de blé
Rôti de volaille à la moutarde
Gratin de chou fleur **BIO**
Brie
Compote pomme abricot

Salade de brocolis **BIO**
Filet de poulet à la provençale
Semoule **BIO**
Vache picon
Fruit **BIO** de saison

Betteraves **BIO** en salade
Chili végétarien
Riz **BIO**
Munster AOP
Fruit de saison

MARDI

Macédoine vinaigrette
Sauté de bœuf aux olives
Carottes vichy
Mimolette
Compote de pommes fleur d'oranger du chef

Betteraves vinaigrette
Quenelles **BIO** à la sauce tomate
Gratin de poireaux frais et pommes de terre
Emmental
Compote pomme pêche

Taboulé
Filet de lieu sauce ciboulette
Carottes **BIO** de la légumerie de Dijon
P'tit cottentin ail et fines herbes
Compote pomme abricot

MERCREDI

Taboulé **BIO** du chef
Omelette **BIO** du chef
Brocolis meunière
Petit suisse **BIO** aromatisé
Fruit de saison

Salade coleslaw **BIO**
Steack haché au jus
Boulghour
Bûche de chèvre
Compote pomme lactée du chef

Velouté de légumes **BIO**
Hachis parmentier du chef
Yaourt nature **BIO**
Compote pomme menthe du chef

JEUDI

Chou blanc frais vinaigrette
Filet de colin sauce tomate
Purée de pommes de terre **BIO**
Fromage blanc **BIO** d'Adèle
Purée pomme pruneau sans sucre

Potage dubarry
Saucisse de volaille
Haricots blancs à la tomate
Yaourt nature
Fruit de saison

Chou blanc frais vinaigrette
Sauté de boeuf bourguignon
Boulghour **BIO**
Camembert
Compote pommes cassis du chef

VENDREDI

Carottes râpées **BIO**
Sauté de veau à la crème
Coquillettes
Cancoillotte nature IGP
Fruit de saison

Salade de lentilles vinaigrette échalotes
Filet de colin sauce curry
Gratin de courges
Cancoillotte nature IGP
Fruit de saison

Salade de pois chiches marocaine
Rôti de Volaille à la Crème
Haricots verts **BIO** à l'ail
Fromage blanc **BIO** d'Adèle
Fruit de saison

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 !

