

- Nom de la cuisine : Longvic-Menu
- Code comptable : D2132-7570
- Date début : 10 mars 2025
- Date fin : 20 avril 2025
- Nom de la société : ALSH Bligny sur ouche
- Mail de la société : ***
- Nom du menu : Menu standard 5C Egalim - Déjeuner



MENUS '4 SAISONS' | DU 10 MARS 2025 AU 06 AVRIL 2025

Menu standard 5C Egalim - Déjeuner

Du 10 mars au 16 mars

Du 17 mars au 23 mars

Du 24 mars au 30 mars

Du 31 mars au 06 avr.

LUNDI

Taboulé
Nuggets végétal
Haricots verts **BIO** persillés
Chanteneige **BIO**
Fruit **BIO** de saison

Salade de pommes de terre
Sauté de boeuf aux oignons
Carottes **BIO** de la légumerie de Dijon
Mimolette
Compote pomme framboise

Macédoine mayonnaise
Quenelles sauce nantua
Riz créole
Cancoillotte nature IGP
Flan chocolat

Radis à croquer sauce fromage blanc ciboulette
Poulet Gaston Gérard
Frites
Vache picon
Compote de pommes **BIO**

MARDI

Carottes râpées **BIO** de la légumerie de Dijon
Rôti de porc sauce charcutière
Purée de pommes de terre
Brie
Compote de pommes **BIO**

Salade iceberg
Blanquette de poisson
Pommes vapeur **BIO**
Yaourt nature
Fruit de saison

Céleri râpé frais **BIO** sauce cocktail
Sauté de porc aux olives
Purée aux 3 légumes
Tomme blanche
Fruit **BIO** de saison

Friand au fromage
Jambon blanc
Coquillettes **BIO**
Saint paulin
Fruit **BIO** de saison

MERCREDI

Betteraves **BIO** en salade
Blanquette de veau
Torti **BIO**
Yaourt nature **BIO**
Fruit de saison

Soupe de légumes frais
Raviolis de boeuf
Emmental râpé
Cake d'anniversaire du chef au yaourt

Salade de blé à l'orientale
Rôti de volaille à la moutarde à la moutarde Fallot
Gratin de choux fleurs
Meule du Jura de la maison Benoit (39)
Compote pomme pêche

Taboulé **BIO** du chef
Filet de colin sauce curry
Brunoise de légumes frais (carottes, navets, céleri)
Emmental
Choux vanille

JEUDI

Salade verte et croûtons
Filet de colin sauce citron
Petits pois
Moelleux d'Aranthod
Barre bretonne

Salade de pâtes **BIO**
Saucisse de Strasbourg
Gratin de poireaux frais et pommes de terre
Fromage fondu le carré
Milkshake "100% Côte d'Or" du chef

Duo de choux **BIO**
Macaroni **BIO** à la bolognaise
Fromage blanc **BIO** d'Adèle
Gâteau aux haricots rouges du chef

Céleri **BIO** rémoulade de la légumerie de Dijon
Steak haché au jus
Haricots verts **BIO** à l'ail
Crème anglaise
Brownies d'anniversaire du chef

EXPRESSION HARICOT

VENREDI

Salade mexicaine (haricots blanc et rouges, maïs)
Chickenwings
Riz **BIO**
Gouda
Crème au Caramel

Chou blanc **BIO** vinaigrette
Légumes couscous et pois chiches
Semoule **BIO**
Bleu de Bresse
Fruit de saison

Pâté de campagne *
Filet de colin sauce citron
Carottes fraîches **BIO** persillées
Petit suisse aromatisé
Fruit de saison

Carottes râpées **BIO**
Pavé fromager
Epinards hachés à la crème
Yaourt nature **BIO**
Fruit de saison

TEX MEX

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 07 AVRIL 2025 AU 20 AVRIL 2025

Menu standard 5C Egalim - Déjeuner

Du 07 avr. au 13 avr.

Du 14 avr. au 20 avr.

LUNDI

Salade de riz **BIO**
Sauté de boeuf en daube
Choux fleurs persillés
Saint nectaire AOP
Fruit **BIO** de saison



Potage dubarry
Macaroni à la carbonara et râpé
Emmental râpé
Compote pomme banane



MARDI

Betteraves **BIO** en salade
Filet de poisson sauce corail
Petits pois
Pavé frais
Flan vanille



Salade iceberg
Filet de poisson pané et citron
Semoule **BIO** sauce tomate
Fromage blanc nature
Margotine noisette cacao "Mistral"



MERCREDI

Salade coleslaw **BIO**
Rôti de volaille à la moutarde
Purée de pommes de terre
Fromage blanc **BIO** d'Adèle
Compote pommes cassis du chef



Pâté de foie
Sauté de boeuf bourguignon
Carottes fraîches **BIO** persillées
Fourme d'Ambert AOP
Fruit **BIO** de saison



JEUDI

Salade iceberg
Lasagnes bolognaise
Camembert **BIO**
Clafoutis du chef aux fruits



Salade de maïs au curry
Boulettes d'agneau sauce tomate
Flageolets persillés
Petit suisse **BIO** aromatisé
Gâteau tout chocolat et oeuf en chocolat



PAQUES

VENDREDI

Salade de boulghour **BIO**
Omelette aux herbes du chef
Carottes **BIO** de la légumerie de Dijon
Petit suisse aromatisé
Fruit de saison



Taboulé **BIO** du chef
Quenelle sauce aurore
Epinards **BIO** à la crème
Vache qui rit **BIO**
Fruit **BIO** 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 !

