



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 Falot  
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'Arinthon  
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

VENDREDI

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 !





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 !

