

MENUS '4 SAISONS' | DU 05 MAI 2025 AU 01 JUIN 2025 |

Menu standard 5C Egalim - Déjeuner

Du 05 mai au 11 mai

Du 12 mai au 18 mai

Du 19 mai au 25 mai

Du 26 mai au 01 juin

LUNDI

Salade de perles
Calamars à la romaine
Julienne de légumes
Emmental
Fruits **BIO** de saison



Concombres frais **BIO** ciboulette
Rôti de porc sauce barbecue
Petits pois et carottes
Mimolette
Margotiné noisette cacao "Mistral"



Salade de tomates **BIO**
Quenelles sauce blanche
Riz créole
Comté de la maison Benoit (39)
Cocktail de fruits



Salade verte **BIO**
Jambon blanc
Purée de pommes de terre
Gouda
Compote de Pommes **BIO**



REPAS FROID

MARDI

Salade verte **BIO**
Jambon blanc
Purée de pommes de terre
Petit suisse aromatisé
Crème au Caramel



Taboulé **BIO** du chef
Pavé fromager
Ratatouille du chef
Coulommiers
Fruits **BIO** de saison



Betteraves **BIO** en salade
Steak haché au jus
Gnocchi sauce tomate
Yaourt **BIO** d'Adelle
Fruits **BIO** de saison



Radis à croquer sauce fromage blanc ciboulette
Boulettes de boeuf sauce indienne
Torti **BIO**
Tomme blanche
Flan vanille



MERCREDI

Dips de carottes sauce fromage blanc
Sauté de volaille sauce forestière
Riz **BIO**
Meule du Jura de la maison Benoit (39)
Compote pomme fraise



Salade coleslaw **BIO**
Filet de poisson sauce crème
Coquillettes **BIO**
Cantal
Purée pomme fraise



Carottes râpées **BIO** de la légumerie de Dijon
Sauté de boeuf à la provençale
Pommes de terre rissolées
Saint paulin
Compote pomme abricot



Salade de lentilles
Emincé de dinde au thym et citron
Carottes **BIO** de la légumerie de Dijon
Bûche du pilat
Fruits **BIO** de saison



JEUDI

Friand au fromage
Lasagnes bolognaise
Petit suisse **BIO** aromatisé
Fruit de saison



Pâté de campagne *
Poisson meunière
Epinards **BIO** et croûtons
Saint nectaire
Fruit de saison



VENDREDI

Céleri râpé sauce cocktail
Paupiette de veau au jus
Haricots verts **BIO** persillés
Chanteneige **BIO**
Fruits **BIO** de saison



Salade verte **BIO**
Cheesburger
Frites
Yaourt aromatisé
Cookies du chef



Salade de pâtes **BIO**
Colombo de volaille
Courgettes fraîches à la provençale
Crème anglaise
Brownies d'anniversaire du chef



AMERICAIN

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 :

- Épluchures 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 !



PRATIQUE JE ME REPÈRE DANS LE MENU



LOCAL



DU CHEF



LABELS (EGALIM)

SOUS RÉSERVE DE MODIFICATIONS *



MENUS '4 SAISONS' | DU 02 JUIN 2025 AU 29 JUIN 2025 |

Menu standard 5C Egalim - Déjeuner

Du 02 juin au 08 juin

Du 09 juin au 15 juin

Du 16 juin au 22 juin

Du 23 juin au 29 juin

LUNDI

Club fromager
Chips
Fromage frais fondu croclait
Compote pomme abricot
Madeleine longues pur beurre "Mistral"

REPAS FROID

Taboulé BIO du chef
Boulettes d'agneau sauce tomate
Petits pois et carottes
Fromage blanc BIO d'Adèle
Fruit de saison

Salade de pois chiches marocaine
Emincé de dinde au curry
Ratatouille du chef
Fourme d'Ambert AOP
Fruits BIO de saison

MARDI

Pastèque
Macaroni BIO à la bolognaise
Tartare nature
Crème dessert BIO chocolat d'Adèle

Salade iceberg
Filet de poisson sauce corail
Gratin d'aubergines fraîche et pommes de terre
Carré frais
Fruit de saison

Pastèque
Beignet de salsifis
Lentilles mijotées aux oignons
Chanteneige BIO
Flan vanille nappé caramel

Salade de tomates au basilic
Moules à la crème
Frites
Vache qui rit BIO
Compote de pomme cassis

MERCREDI

Carottes râpées BIO de la légumerie de Dijon
Carry de porc *
Epinards hachés à la crème
Petit suisse sucré
Beignet aux pommes

Concombres frais BIO ciboulette
Quenelles BIO sauce aurore
Semoule BIO
Saint paulin
Compote de pommes

Salade de pomme de terre au thon
Sauté de volaille au paprika
Poêlée de courgettes fraîches persillées
Camembert
Fruits BIO de saison

Melon
Macaronis BIO à la carbonara
Moelleux d'Arinthod
Flan vanille nappé caramel

JEUDI

Gaspacho du chef
Oeuf BIO mayonnaise
Salade de pommes de terre
Yaourt nature BIO
Fruit de saison

Macédoine Mayonnaise
Picoussel sauce tomate
Riz créole
Saint nectaïre
Fruits BIO de saison

Salade verte BIO
Poisson à l'ail
Salade niçoise
Petit suisse sucré
Tarte au flan

Radis à croquer sauce fromage blanc ciboulette
Pois carrés BIO sauce tomate aux épices douces
Riz BIO
Ananas frais
Milkshake fraise

VENREDI

Taboulé BIO du chef
Filet de poisson aux herbes de Provence
Ratatouille du chef
Brie
Fruit de saison

Carottes râpées BIO
Rôti de volaille froid
Salade de pâtes
Petit suisse sucré
Cake d'anniversaire du chef tout choco!

Concombre à la ciboulette
Chipolatas au jus
Pommes vapeur
Emmental BIO
Crème à la vanille

Betteraves vinaigrette
Crique au cantal
Carottes BIO de la légumerie de Dijon
Yaourt nature BIO
Clafoutis du chef aux cerises

REPAS FROID

ETE

EXPRESSION CERISE

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 !





BIEN MANGER en restauration collective

C'est possible !

MENUS '4 SAISONS' | DU 30 JUIN 2025 AU 06 JUILLET 2025

Menu standard 5C Egalim - Déjeuner

Du 30 juin au 06 juil.

LUNDI

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



REPAS FROID

MARDI

Salade verte **BIO**
Sauté de boeuf VBF aux 4 épices
Lentilles mijotées aux oignons
Tomme grise d'Auvergne
Compote de pommes



MERCREDI

Concombres frais **BIO** ciboulette
Filet de poisson aux épices tandoori
Pommes de terre persillées
Brie
Crème au Caramel



JEUDI

Tomate à la croque
Hot dog
Chips
Petit Filou tubes
Madeleine longues pur beurre "Mistral"



VACANCES

VENDREDI

Macédoine Mayonnaise
Raviolis
Petit suisse **BIO** aromatisé
Gâteau basque



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 !

PRATIQUE JE ME REPÈRE DANS LE MENU



LOCAL



DU CHEF



LABELS (EGALIM)

SOUS RÉSERVE DE MODIFICATIONS *

