

MENUS '4 SAISONS' | DU 31 AOÛT 2026 AU 27 SEPTEMBRE 2026 |

Menu standard 5C Egalim - Déjeuner

	Du 31 août au 06 sept.	Du 07 sept. au 13 sept.	Du 14 sept. au 20 sept.	Du 21 sept. au 27 sept.
LUNDI	Concombre à la ciboulette Jambon blanc Purée de pommes de terre Yaourt nature BIO Gâteau basque	Cake du chef tomate mozzarella Filet de colin sauce citron Ratatouille Yaourt BIO d'Adelle Fruit	Oeuf BIO mayonnaise Crique au cantal Gratin de brocolis BIO Milkshake "100% Côte d'or" du chef à la fraise Fruit	Salade de boulghour BIO Quenelles BIO en gratin Epinards hachés et croûtons Brie Madeleine longues pur beurre "Mistral"
MARDI	Salade iceberg Lasagnes bolognaise Tartare ail et fines herbes Crème dessert BIO chocolat d'Adelle Apéritif des enfants (sirop)	Carottes râpées BIO de la légumerie de Dijon Omelette BIO Petits pois Comté de la maison Benoit (39) Compote pomme framboise	Salade de pâtes BIO Filet de poisson pané et citron Carottes fraîches BIO vichy Mimolette Crème à la vanille	Concombres frais en salade Moules sauce poulette Frites Yaourt BIO d'Adelle Fruit BIO de saison
MERCREDI	Salade de pomme de terre BIO Filet de poisson sauce crème Haricots verts BIO persillés Tomme blanche Fruit	Pastèque Rôti de volaille à la moutarde Fallot Purée de pommes de terre BIO Camembert Flan chocolat	Salade de haricots verts Sauté de boeuf HVE sauce 4 épices Pommes boulangères Yaourt aromatisé Fruit	Salade de tomates BIO Cordon bleu Lentilles mijotées aux oignons Edam Tarte aux poires amandine du chef
JEUDI	Melon Emincé de dinde au thym et citron Semoule BIO Cancoillotte nature IGP Purée de pomme vanille du chef	Salade de tomates Macaronis BIO à la carbonara Emmental râpé Clafoutis du chef aux fruits rouges	Salade iceberg Gratin de poulet au riz et légumes façon basquaise Emmental BIO Barre bretonne	Pâté de foie Rôti de porc au romarin Ratatouille Vache qui rit BIO Compote pomme fraise
VENDREDI	Betteraves BIO en salade Gratin de courgettes HVE à la vache qui rit Coquillettes Emmental Fruit BIO de saison	Céleri rémoulade Chili con carne Riz pour le chili Petit suisse aromatisé Gâteau du chef aux myrtilles	Perle de blé, carottes et sésame Boulette de boeuf sauce tomate cumin coriande Tajine de légumes frais (courgettes et patate douce) Yaourt à la figue (Ferme Désiris) Salade d'orange à la menthe	Betteraves BIO en salade Boeuf bourguignon frais HVE Tortu BIO Petit suisse aromatisé Fruit

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
- Épices 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 28 SEPTEMBRE 2026 AU 18 OCTOBRE 2026 |

Menu standard 5C Egalim - Déjeuner

	Du 28 sept. au 04 oct.	Du 05 oct. au 11 oct.	Du 12 oct. au 18 oct.
LUNDI	Salade iceberg Paupiette de veau sauce dijonnaise Semoule BIO Saint paulin Crème au chocolat	Velouté de courgette (CE2) du chef Hachis parmentier du chef Emmental BIO Margotine noisette cacao "Mistral"	Salade de légumes d'automne sauce aux agrumes (carottes, poivrons, vinaigrette pamplemousse) Sauté de volaille sauce crème poivrons rouges Purée de patate douce Fromage blanc BIO d'Adèle et coulis de mangue Fruit SEMAINE DU GOÛT
MARDI	Macédoine Mayonnaise Torsade HVE sauce tomate, basilic et fromage Bûchette mélangée Fruit BIO de saison VÉGÉTARIEN	Salade verte fraîche Filet de colin sauce échalote Riz BIO Cancoillotte nature IGP Compote pomme pêche	Salade verte, emmental et croûtons Poisson sauce crème citron et aneth Pâtes Tricolores et Râpé Chanteneige BIO Milkshake "100% Côte d'or" du chef à la fraise SEMAINE DU GOÛT
MERCREDI	Salade de lentilles Boulettes de boeuf sauce indienne Poêlée bretonne (choux fleurs CE2, brocolis) P'tit cottenin ail et fines herbes Compote du chef pommes speculoos	Salade de tomates au basilic Rôti de porc sauce curry Epinards BIO à la crème Fromage blanc BIO d'Adèle Gâteau du chef framboise et speculoos	Salade concombre, tomates et pois chiches Risotto de petit épeautre, crémeux de courgettes aux fromages frais Yaourt aromatisé Gâteau choco noisette du chef SEMAINE DU GOÛT
JEUDI	Salade iceberg Saucisse fumée Purée de pommes de terre Yaourt aromatisé Fruit BIO de saison	Concombre HVE sauce bulgare Emincé de volaille à la moutarde de Fallot Flageolets à l'ail Bûche du pilat Flan vanille nappé caramel	Taboulé BIO aux graines de lin Boulettes d'agneau sauce beurre cacahuète Carottes BIO persillées Tartare cernoix Compote de pommes et amande du chef SEMAINE DU GOÛT
VENDREDI	Chou blanc savoyard Filet de colin MSC à la normande Riz BIO Crème anglaise Brownies d'anniversaire du chef	Salade de pâtes BIO Omelette aux herbes du chef Haricots verts BIO persillés Petit suisse aromatisé Fruit BIO de saison VÉGÉTARIEN	Salade de lentilles vinaigrette échalotes Emincé de bœuf sauce échalotes Poêlée pommes de terre et épinards branches Mimolette Crème à la vanille SEMAINE DU GOÛT

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
- Épices 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 !

