



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

Menu standard 5C Egalim - Déjeuner

Du 03 févr. au 09 févr.

Du 10 févr. au 16 févr.

Du 17 févr. au 23 févr.

LUNDI

Rosette
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 mayonnaise
Sauté de bœuf aux olives
Carottes vichy
Mimolette
Madeleine longues pur beurre "Mistral"



Salade verte fraîche
Quenelles **BIO** à la sauce tomate
Gratin de poireaux frais et pommes de terre
Emmental
Flan vanille



Taboulé
Filet de lieu sauce ciboulette
Carottes **BIO** de la légumerie de Dijon
P'tit cottenin ail et fines herbes
Beignet au chocolat



MERCREDI

Taboulé **BIO** du chef
Omelette **BIO**
Brocolis meunière
Petit suisse **BIO** aromatisé
Gâteau aux pépites de chocolat du chef



Salade coleslaw **BIO**
Nugget's de volaille
Frites et ketchup
Bûche de chèvre
Ananas à la cannelle



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



JEUDI

Rillettes de thon
Cubes de poisson blanc aux 3 céréales
Purée de pommes de terre **BIO**
Fromage blanc **BIO** d'Adèle
Fruit de saison



Potage dubarry
Cassoulet
Yaourt nature
Fruit de saison



Chou blanc frais **BIO** sauce tartare
Sauté de boeuf bourguignon
Boullghour **BIO**
Camembert
Flan vanille nappé caramel



VENDREDI

Carottes râpées **BIO**
Crêpe au fromage
Salade de pâtes
Crêpe nature
Sauce chocolat



Salade de lentilles vinaigrette échalotes
Filet de colin sauce curry
Gratin de courges
Cancoillotte nature IGP
Tarte aux pommes



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 !

