



MENUS '4 SAISONS' | DU 15 JUIN 2026 AU 5 JUILLET 2026 |

Menu standard 5C Egalim - Déjeuner

	Du 15 juin au 21 juin	Du 22 juin au 28 juin	Du 29 juin au 05 juil.
LUNDI	Salade de riz BIO Boulettes d'agneau sauce tomate Petits pois et carottes Fromage blanc BIO d'Adèle Fruit	Salade de tomates au basilic Œuf dur mayonnaise Salade de pépinettes au pistou Bûchette mélangée Fruits BIO de saison	Salade iceberg Tarte à la tomate chèvre basilic du chef Accompagnement salade (maïs, croûtons et tomate) Yaourt BIO d'Adelle Madeleine longues pur beurre "Mistral"
MARDI	Pastèque Sauté de volaille au paprika Lentilles mijotées aux oignons Chanteneige BIO Flan vanille nappé caramel	Salade iceberg Moules à la crème Frites Moelleux d'Arinthon Compote pomme cassis	Betteraves en salade Steak haché au jus Gratin d'aubergines fraîches et pommes de terre Tomme grise d'Auvergne Compote
MERCREDI	Salade de pommes de terre Filet de poisson sauce curry Courgettes à la provençale Camembert Fruit	Melon Macaronis BIO à la bolognaise Emmental râpé Margotine lemon curd (Mistral)	Concombres frais BIO ciboulette Filet de poisson aux épices tandoori Boulghour BIO Brie Flan chocolat
JEUDI	Salade iceberg Cake du chef tomate mozzarella (plat complet) Accompagnement salade (maïs, croûtons et tomate) Cancoillotte nature IGP Crème à la vanille	Radis à croquer sauce fromage blanc ciboulette Crique au cantal Carottes BIO de la légumerie de Dijon Petit suisse BIO aromatisé Ananas frais	Macédoine mayonnaise Raviolis Fromage blanc sucré Gâteau basque
VENDREDI	Concombre à la ciboulette Jambon blanc Coquillettes Emmental BIO Tarte au flan	Salade marocaine (concombre, tomate, cumin, coriandre) Poulet citron confit et olives Riz BIO Fromage blanc nature Gâteau à l'orange et cannelle	Tomate à la croque Hot dog Chips Milkshake "100% Côte d'or" du chef à la vanille 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
- 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 !



PRATIQUE JE ME REPÈRE DANS LE MENU



SOUS RÉSERVE DE MODIFICATIONS