



## MENUS '4 SAISONS' | DU 6 JUILLET 2026 AU 2 AOÛT 2026 |

### Menu standard 5C Egalim - Déjeuner

	Du 06 juil. au 12 juil.	Du 13 juil. au 19 juil.	Du 20 juil. au 26 juil.	Du 27 juil. au 02 août
LUNDI	Salade iceberg Chili con carne Riz pour le chili Camembert <b>BIO</b> Flan chocolat	Céleri rémoulade Filet de poisson sauce corail Purée de pommes de terre <b>BIO</b> Petit suisse <b>BIO</b> aromatisé Fruit	Salade de pâtes <b>BIO</b> Picoussel sauce tomate Carottes <b>BIO</b> de la légumerie de Dijon Gouda Fruit	Courgettes râpée et dès de tomates Gnocchis épinards et pesto Brie Fruits <b>BIO</b> de saison
MARDI	Pastèque Brandade de poisson du chef Vache qui rit <b>BIO</b> Fruit		Salade iceberg Filet de poisson pané et citron Potatoes et ketchup Petit suisse <b>BIO</b> aromatisé Compote pomme fruits rouges du chef	Carottes râpées <b>BIO</b> de la légumerie de Dijon Colombo de volaille Semoule <b>BIO</b> P'tit cottentin nature Clafoutis du chef aux fruits rouges
MERCREDI	Gaspacho du chef Omelette <b>BIO</b> du chef Petits pois et carottes Petit suisse sucré Compote de pommes du chef	Melon Jambon blanc Salade de haricots verts Emmental Flan pâtissier	Betteraves <b>BIO</b> en salade Roti de volaille sauce curry Riz <b>BIO</b> Yaourt nature Fruits <b>BIO</b> de saison	Rillettes de thon Rôti de porc sauce barbecue Salade de pâtes <b>BIO</b> Coulommiers Fruit
JEUDI	Taboulé <b>BIO</b> Cordon bleu Ratatouille du chef Yaourt <b>BIO</b> d'Adelle Fruit	Salade de pommes de terre aux échalotes Quenelle à la sauce tomate Courgettes persillées P'tit cottentin nature Crème à la vanille	Salade de lentilles vinaigrette échalotes CŒuf dur mayonnaise Salade de tomates Vache qui rit Gâteau du chef au yaourt	Melon Calamars à la romaine Ratatouille du chef Crème anglaise Brownies d'anniversaire du chef
VENDREDI	Salade de tomates Rôti de porc froid et mayonnaise Salade de pâtes <b>BIO</b> Moelleux d'Arinthon Compote de pommes du chef à la cannelle	Salade de chou chinois sauce sucrée salée Emincé de volaille au miel Riz cantonnais Fromage blanc <b>BIO</b> d'Adèle Gâteau du chef à la fleur d'oranger	Concombres frais en salade Sauté de porc IGP à la tomate (BFC) Boulghour <b>BIO</b> Saint paulin Mousse au chocolat	Salade de pommes de terre au curry Saucisse de Strasbourg Haricots verts <b>BIO</b> persillés Meule du Jura de la maison Benoit (39) Flan vanille nappé caramel

#### 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 !





MENUS '4 SAISONS' | DU 3 AOÛT 2026 AU 30 AOÛT 2026 |

Menu standard 5C Egalim - Déjeuner

	Du 03 août au 09 août	Du 10 août au 16 août	Du 17 août au 23 août	Du 24 août au 30 août
LUNDI	<p>Pâté de foie Boulettes de bœuf au jus Epinards <b>BIO</b> à la crème Yaourt nature Fruit</p>	<p>Melon Poulet caraïbes Riz safrané <b>BIO</b> Yaourt nature <b>BIO</b> Choux vanille</p> <p>CARAÏBES</p>	<p>Taboulé <b>BIO</b> Aiguillettes de poulet au romarin Chou fleur à la béchamel Tomme blanche Purée pomme fraise</p>	<p>Tomate à la croque Knack de volaille Pommes de terre en salade Petit suisse <b>BIO</b> aromatisé Compote pomme framboise Mayonnaise (dosette)</p> <p>REPAS FROID</p>
MARDI	<p>Tomate à la croque Penne à la carbonara Yaourt nature <b>BIO</b> Compote pomme abricot</p>	<p>Salade de pâtes <b>BIO</b> Cordon bleu Ratatouille du chef Cantal Fruit</p>	<p>Betteraves <b>BIO</b> en salade Lasagnes bolognaise Yaourt nature Clafoutis du chef aux pommes</p>	<p>Carottes râpées <b>BIO</b> de la légumerie de Dijon Filet de poisson sauce curry Riz créole Yaourt nature Gaufre liegeoise</p>
MERCREDI	<p>Accras de poisson Colombo de volaille Poêlée multicolore Petit suisse <b>BIO</b> aromatisé Fruit</p> <p>ANTILLES</p>	<p>Salade verte fraîche Thon mayonnaise Pommes de terre en salade Petit suisse <b>BIO</b> aromatisé Barre bretonne</p> <p>REPAS FROID</p>	<p>Pastèque Oeufs durs Salade de lentilles Petit Moulé Nature Flan chocolat Mayonnaise (dosette)</p> <p>REPAS FROID</p>	<p>Rosette Sauté de porc IGP à la tomate (BFC) Petits pois Petit suisse nature Fruits <b>BIO</b> de saison</p>
JEUDI	<p>Salade de perles Paupiette de veau sauce forestière Haricots beurre persillés Chanteneige <b>BIO</b> Gâteau du chef framboise et speculoos</p>	<p>Macédoine Mayonnaise Cannellonis à la tomate Emmental <b>BIO</b> Fruit</p>	<p>Tarte au fromage Calamars à la romaine Haricots verts <b>BIO</b> persillés Camembert Fruit</p>	<p>Concombre à la ciboulette Pennes à la bolognaise Emmental râpé Purée pomme myrtille du chef</p>
VENDREDI	<p>Taboulé <b>BIO</b> Pizza au fromage Salade verte (accompagnement) Bûche du pilat Crème au caramel</p> <p>REPAS FROID</p>	<p>Pastèque Galette végétale tomate mozzarella Duo de haricots beurre et verts Yaourt nature Chou choco nut</p> <p>VÉGÉTARIEN</p>	<p>Salade iceberg Nugget's de volaille Frites Petit suisse <b>BIO</b> aromatisé Donuts Ketchup (dosette)</p> <p>AMERICAIN</p>	<p>Taboulé <b>BIO</b> Beignet de salsifs Ratatouille du chef Mimolette Flan chocolat</p> <p>VÉGÉTARIEN</p>

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 !

