

## MENUS '4 SAISONS' | DU 23 FÉVRIER 2026 AU 22 MARS 2026 |

### Menu standard 5C Egalim - Déjeuner

Du 23 févr. au 01 mars

Du 02 mars au 08 mars

Du 09 mars au 15 mars

Du 16 mars au 22 mars

LUNDI

Salade iceberg  
Lasagnes bolognaise  
Bûchette mélangée  
Fruit

Soupe de légumes frais HVE  
Gratin savoyard coquillettes **BIO** et poireaux  
Brie  
Fruits **BIO** de saison



Salade de pommes de terre  
Picoussel sauce tomate  
Haricots verts **BIO** persillés  
Chanteneige **BIO**  
Fruits **BIO** de saison



Salade de lentilles **BIO** de Côte d'Or  
Boeuf bourguignon frais HVE  
Carottes **BIO** de la légumerie de Dijon  
Yaourt **BIO** d'Adelle  
Margotine lemon curd (Mistral)



MARDI

Salade de pomme de terre **BIO**  
Omelette **BIO** du chef  
Haricots verts **BIO** persillés  
Yaourt nature  
Fruit

VÉGÉTARIEN

Salade iceberg  
Filet de poisson pané et citron  
Purée de courges  
Chanteneige **BIO**  
Compote pomme framboise



Carottes râpées **BIO** de la légumerie de Dijon  
Rôti de porc sauce charcutière  
Epinards branches à la crème  
Tomme des Pyrénées  
Barre bretonne



Salade iceberg  
Beignets de calamars sauce tartare  
Pommes vapeur **BIO**  
Fromage blanc aromatisé  
Fruit



MERCREDI

Soupe de légumes frais HVE  
Macaroni à la carbonara et râpé  
Emmental râpé  
Flan vanille



Boulghour en salade  
Paupiette de veau sauce forestière  
Carottes vichy  
Camembert **BIO**  
Gâteau du chef au citron



Betteraves **BIO** en salade  
Boulettes de boeuf sauce tomate  
Torti **BIO**  
Fromage blanc **BIO** d'Adèle  
Fruit



Salade de riz  
Saucisse de Strasbourg  
Gratin de brocolis **BIO**  
Fromage fondu le carré  
Compote de poires



JEUDI

Chou blanc savoyard  
Filet de colin sauce tomate  
Riz **BIO**  
Petit suisse **BIO** aromatisé  
Compote pommes caramel du chef



Betteraves vinaigrette  
Saucisse de Strasbourg  
Pommes pins  
Cancoillotte nature IGP  
Fruit



Pâté de foie  
Filet de colin sauce citron  
Petits pois  
Moelleux d'Arinod  
Compote de Pommes **BIO**



Soupe de légumes frais HVE  
Pennes à la bolognaise  
Emmental râpé  
Cake d'anniversaire du chef au yaourt



VENREDI

Carottes râpées **BIO**  
Cordon bleu  
Petits pois  
Crème anglaise  
Brownies d'anniversaire du chef



Salade coleslaw  
Sauté de boeuf frais HVE à la provencale  
Semoule **BIO**  
Yaourt **BIO** d'Adelle  
Crème au chocolat



Salade Mexicaine (haricots blanc et rouges, maïs)  
Emincé de volaille à la mexicaine et sa galette  
Riz créole  
Gouda  
Crème au caramel

TEX MEX



Salade chinoise (chou blanc, soja, tomate)  
Légumes couscous et pois chiches  
Semoule **BIO**  
Comté de la maison Benoit (39)  
Fruit



VÉGÉTARIEN

### 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 !



## MENUS '4 SAISONS' | DU 23 MARS 2026 AU 5 AVRIL 2026 |

### Menu standard 5C Egalim - Déjeuner

Du 23 mars au 29 mars

Du 30 mars au 05 avr.

LUNDI

Macédoine mayonnaise  
Quenelle sauce aurore  
Carottes **BIO** persillées  
Tartare nature  
Flan chocolat

VÉGÉTARIEN

Radis et beurre  
Colombo de volaille  
Frites  
Vache picon  
Compote de Pommes **BIO**

MARDI

Céleri râpé frais **BIO** sauce cocktail  
Sauté de porc IGP aux olives (BFC)  
Gratin de poireaux frais et pommes de terre  
Tomme blanche  
Fruits **BIO** de saison

Carottes râpées **BIO**  
Cordon bleu  
Flageolets persillés  
Saint paulin  
Fruits **BIO** de saison

MERCREDI

Salade de blé à l'orientale  
Rôti de volaille à la moutarde Fallot  
Choux fleurs persillés  
Meule du Jura de la maison Benoit (39)  
Compote de pommes citron du chef

Friand au fromage  
Filet de colin sauce curry  
Epinards branches à la crème  
Yaourt **BIO** d'Adelle  
Madeleine longues pur beurre "Mistral"

JEUDI

Duo de choux **BIO**  
Kjottkaker (boulettes de viandes) sauce aux airelles  
Pommes vapeur  
Petit suisse aromatisé  
Gâteau à la rhubarbe et aux amandes

RETOUR DU SOLEIL

Salade de pois chiches marocaine  
Steak haché au jus  
Haricots verts **BIO** à l'ail  
Emmental  
Compote pomme menthe du chef

VENDREDI

Pâté de campagne \*  
Filet de Colin Sauce Crabe  
Riz créole  
Fromage blanc **BIO** d'Adèle  
Fruit

Betteraves vinaigrette  
Macaronis sauce fromagère (Mac and Cheese)  
Sauce fromagère (cheddar)  
Gâteau tout chocolat et oeuf en chocolat  
Fruit de saison

PAQUES

PRATIQUE JE ME REPÈRE DANS LE MENU



SOUS RÉSERVE DE MODIFICATIONS

#### 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 !

