



MENUS '4 SAISONS' | DU 05 MAI 2025 AU 01 JUIN 2025 |

Menu standard 5C Egalim - Déjeuner

Du 05 mai au 11 mai

Du 12 mai au 18 mai

Du 19 mai au 25 mai

Du 26 mai au 01 juin

LUNDI

Salade de perles
Calamars à la romaine
Julienne de légumes
Emmental
Fruits **BIO** de saison



Concombres frais **BIO** ciboulette
Rôti de porc sauce barbecue
Salade de riz du chef
Mimolette
Margotine noisette cacao "Mistral"



Salade de tomates **BIO**
Quenelles sauce blanche
Riz créole
Comté de la maison Benoit (39)
Cocktail de fruits



Salade verte **BIO**
Jambon blanc
Purée de pommes de terre
Gouda
Compote de Pommes **BIO**



REPAS FROID

MARDI

Salade verte **BIO**
Jambon blanc
Purée de pommes de terre
Petit suisse aromatisé
Crème au Caramel



Taboulé **BIO** du chef
Pavé fromager
Ratatouille du chef
Coulommiers
Fruits **BIO** de saison



Betteraves **BIO** en salade
Steak haché au jus
Gnocchi sauce tomate
Yaourt **BIO** d'Adelle
Fruits **BIO** de saison



Radis à croquer sauce fromage blanc ciboulette
Boulettes de boeuf sauce indienne
Torti **BIO**
Tomme blanche
Flan vanille



MERCREDI

Dips de carottes sauce fromage blanc
Sauté de volaille sauce forestière
Riz **BIO**
Meule du Jura de la maison Benoit (39)
Compote pomme fraise



Salade coleslaw **BIO**
Filet de poisson sauce crème
Coquillettes **BIO**
Cantal
Purée pomme fraise



Carottes râpées **BIO** de la légumerie de Dijon
Sauté de boeuf à la provençale
Pommes de terre rissolées
Saint paulin
Compote pomme abricot



Salade de lentilles
Emincé de dinde au thym et citron
Carottes **BIO** de la légumerie de Dijon
Bûche du pilat
Fruits **BIO** de saison



JEUDI

Friand au fromage
Lasagnes bolognaise
Petit suisse **BIO** aromatisé
Fruit de saison



Pâté de campagne *
Poisson meunière
Epinards **BIO** et croûtons
Saint nectaire
Fruit de saison



VENDREDI

Céleri râpé sauce cocktail
Paupiette de veau au jus
Haricots verts **BIO** persillés
Chanteneige **BIO**
Fruits **BIO** de saison



Salade verte **BIO**
Cheesburger
Frites
Yaourt aromatisé
Cookies du chef



Salade de pâtes **BIO**
Colombo de volaille
Courgettes fraîches à la provençale
Crème anglaise
Brownies d'anniversaire du chef



AMERICAIN

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

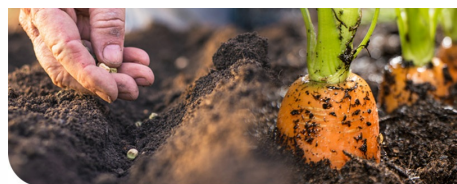


- Ingrédients :**
- Epluchures de légumes
 - Huile d'olive
 - Epices de votre choix : paprika, cumin, herbes, ail...
 - Sel

- 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 02 JUIN 2025 AU 29 JUIN 2025

Menu standard 5C Egalim - Déjeuner

Du 02 juin au 08 juin

Du 09 juin au 15 juin

Du 16 juin au 22 juin

Du 23 juin au 29 juin

LUNDI

Club fromager
Chips
Fromage frais fondu croclait
Compote pomme abricot
Madeleine longues pur beurre "Mistral"

REPAS FROID

Taboulé **BIO** du chef
Boulettes d'agneau sauce tomate
Petits pois et carottes
Fromage blanc **BIO** d'Adèle
Fruit de saison

Salade de pois chiches marocaine
Emincé de dinde au curry
Ratatouille du chef
Fourme d'Ambert AOP
Fruits **BIO** 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 !



MARDI

Pastèque
Macaroni **BIO** à la bolognaise
Tartare nature
Crème dessert **BIO** chocolat d'Adèle

Salade iceberg
Filet de poisson sauce corail
Gratin d'aubergines fraîche et pommes de terre
Carré frais
Fruit de saison

Pastèque
Beignet de salsifis
Lentilles mijotées aux oignons
Chanteneige **BIO**
Flan vanille nappé caramel

Salade de tomates au basilic
Moules à la crème
Frites
Vache qui rit **BIO**
Compote de pomme cassis

MERCREDI

Carottes râpées **BIO** de la légumerie de Dijon
Carry de porc *
Epinards hachés à la crème
Petit suisse sucré
Beignet aux pommes

Concombres frais **BIO** ciboulette
Quenelles **BIO** sauce aurore
Semoule **BIO**
Saint paulin
Compote de pommes

Salade de pomme de terre au thon
Sauté de volaille au paprika
Poêlée de courgettes fraîches persillées
Camembert
Fruits **BIO** de saison

Melon
Macaronis **BIO** à la carbonara
Moelleux d'Arinthod
Flan vanille nappé caramel

JEUDI

Gaspacho du chef
Oeuf **BIO** mayonnaise
Salade de pommes de terre
Yaourt nature **BIO**
Fruit de saison

Macédoine Mayonnaise
Picoussel sauce tomate
Riz créole
Saint nectaire
Fruits **BIO** de saison

Salade verte **BIO**
Poisson à l'aïoli
Salade niçoise
Petit suisse sucré
Tarte au flan

Radis à croquer sauce fromage blanc ciboulette
Pois carrés **BIO** sauce tomate aux épices douces
Riz **BIO**
Ananas frais
Milkshake fraise

VENREDI

Taboulé **BIO** du chef
Filet de poisson aux herbes de Provence
Ratatouille du chef
Brie
Fruit de saison

Carottes râpées **BIO**
Rôti de volaille froid
Salade de pâtes
Petit suisse sucré
Cake d'anniversaire du chef tout choco!

Concombre à la ciboulette
Chipolatas au jus
Pommes vapeur
Emmental **BIO**
Crème à la vanille

Betteraves vinaigrette
Crique au cantal
Carottes **BIO** de la légumerie de Dijon
Yaourt nature **BIO**
Clafoutis du chef aux cerises

EXPRESSION CERISE





Du 30 juin au 06 juil.

LUNDI

Taboulé **BIO** du chef
 Pizza au fromage
 Salade verte (accompagnement)
 Yaourt nature
 Fruit de saison



REPAS FROID

MARDI

Salade de haricots verts **BIO**
 Sauté de boeuf VBF aux 4 épices
 Lentilles mijotées aux oignons
 Tomme grise d'Auvergne
 Compote de pommes



MERCREDI

Concombres frais **BIO** ciboulette
 Filet de poisson aux épices tandoori
 Pommes de terre persillées
 Brie
 Crème au Caramel



JEUDI

Tomate à la croque
 Hot dog
 Chips
 Petit Filou tubes
 Madeleine longues pur beurre "Mistral"



VACANCES

VENDREDI

Macédoine Mayonnaise
 Raviolis
 Petit suisse **BIO** aromatisé
 Gâteau basque



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 !

