



BIEN MANGER en restauration collective

C'est possible !



MENUS 4 SAISONS | DU 04 MARS 2024 AU 31 MARS 2024

Scolaire 1Bio jour - Déjeuner

Du 04 mars au 10 mars

Du 11 mars au 17 mars

Du 18 mars au 24 mars

Du 25 mars au 31 mars

LUNDI

Taboulé
Nuggets végétal
Haricots verts persillés
Chanteneige BIO
Fruit de saison

Salade de pommes de terre
Sauté de boeuf aux oignons
Carottes BIO persillées
Mimolette
Compote pomme framboise

BI
BI
BI
BI

Betteraves BIO en salade
Boulettes de blé façon thaï
Farfallas à la tomate
Edam
Flan chocolat

BI
BI

Radis émincés en salade
Emincé de volaille à la crème
Pommes de terre rissoles
Vache picon
Compote de pommes BIO
Sauce dips

BI
BI

MARDI

Carottes BIO râpées vinaigrette
Merguez à l'orientale
Purée de pommes de terre BIO
Brie
Compote de pommes coings

BI
BI
BI

Salade iceberg
Calamar à la romaine
Lentilles au jus
Yaourt nature
Pomme au four

BI
BI
BI

Céleri râpé frais BIO sauce cocktail
Sauté de porc aux olives
Purée de panais
Tomme blanche
Banane

BI
BI
BI

Mais en salade
Crêpe au fromage
Haricots verts BIO persillés
Petit suisse sucré
Fruit de saison

BI
BI

MERCREDI

Salade verte fraîche
Filet de poisson sauce corail
Brunoise de légumes frais (carottes, navets, céleri)
Petit suisse BIO aromatisé
Barre bretonne

BI
BI
BI
BI

Salade de pâtes BIO
Chipolatas au jus
Poireaux frais et Pommes de terre
béchamel
Fromage fondu le carré
Flan vanille

BI
BI
BI

Salade verte BIO
Paëlla Poulet
Tartare nature
Crème dessert (ferme du Chambon)

BI
BI

Carottes râpées vinaigrette
Boulettes d'agneau sauce tomate
Flageolets au jus
Yaourt de la ferme du Chambon
Gâteau de Pâques Maison
Oeufs de Pâques en chocolat

BI
BI
BI

JEUDI

Soupe à l'orientale
Emincé de volaille à la mexicaine et sa galette
Galette tortilla de blé
Gouda
Crème dessert (ferme du Chambon)

BI
BI
BI

Velouté de légumes du chef
Pois chiches et légumes couscous
Semoule BIO
Bleu d'Auvergne
Fruit de saison

BI
BI
BI
BI

Duo de choux BIO
Filet de colin sauce citron
Carottes BIO persillées
Crème anglaise
Brownie (individuel)

BI
BI
BI

Chou blanc BIO mayonnaise
Jambon blanc
Pâtes tricolores
Mimolette
Fruit de saison

BI
BI

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 peu d'huile
- Mettre à cuire à 200°C

PLUS QU'À VOUS RÉGÈLER !

PRATIQUE JE ME REPÈRE DANS LE MENU



LOCAL



DU CHEF



LABELS (EGALIM)

SOUS RÉSERVE DE MODIFICATIONS *



MENUS 4 SAISONS | DU 01 AVRIL 2024 AU 14 AVRIL 2024

Scolaire 1Bio jour - Déjeuner

Du 01 avr. au 07 avr.

Du 08 avr. au 14 avr.

LUNDI			Salade de pommes de terre Quenelles BIO sauce blanche Epinards hachés BIO Edam Fruit de saison
MARDI	Betteraves BIO en salade Rigolo au fromage Petits pois au Jus Pavé frais Crème dessert (ferme du Chambon)	Salade iceberg Filet de poisson en aioli et ses légumes Légumes en aioli Fromage blanc nature Muffin au chocolat	
MERCREDI			
JEUDI	Salade verte BIO Lasagnes bolognaise Camembert Cocktail de fruits sans sucre	Céleri râpé frais BIO rémoulade Blanquette de volaille Haricots verts persillés Yaourt aromatisé Gâteau du chef framboise et speculoos	
VENDREDI	Salade de perles Alpina Savoie Poisson pané Navets frais et Pommes de terre Béchamel Petit suisse aromatisé Ananas frais	Velouté de légumes du chef Penne à la carbonara Carré du Trièves BIO Compote de pommes bananes	

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 DÉPLUCHURÉS DE LÉGUMES

Ingrédients :

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

Préparation :

- Rincer les épluchures
- Après l'épluchage (ou avant) ajouter un filet d'huile d'olive sur le tout
- Enfourner à 180°C 20-30 min

PLUS QU'À VOUS RÉGALER !