



BIEN MANGER en restauration collective

C'est possible !



MENUS '4 SAISONS' | DU 04 NOVEMBRE 2024 AU 01 DÉCEMBRE 2024

Scolaire 1Bio jour - Déjeuner

Du 04 nov. au 10 nov.

Du 11 nov. au 17 nov.

Du 18 nov. au 24 nov.

Du 25 nov. au 01 déc.

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
<p>Salade de choux fleurs BIO Lasagnes bolognaise Pettit Moulé Nature Compote pomme abricot</p>	<p>Betteraves en salade Gratin de céréales et petits légumes (plat complet végétarien) Yaourt halloween Fruit de saison</p>	<p>Macédoine mayonnaise Lasagnes de légumes Yaourt nature BIO Local (vrac) Beignet au chocolat</p>	<p>Potage parmentier Jambon blanc Haricots verts BIO persillés Bûchette mélangée Fruit de saison</p>	<p>Duo de choux frais Filet de colin sauce citron Riz BIO Fromage blanc nature Gâteau du chef framboise et speculoos</p>
<p>Salade de blé à l'orientale Calamar à la romaine Carottes BIO à la crème Verchicors Flan chocolat</p>	<p>Salade verte Emincé de volaille basquaise Semoule BIO Yaourt aromatisé Fruit de saison</p>	<p>Velouté de légumes du chef Croziflette * Pettit suisse aromatisé Fruit BIO de saison</p>	<p>Céleri râpé frais BIO rémoulade Paleron de boeuf VBF sauce tomate Purée de courges Yaourt nature BIO Gâteau du chef à la fleur d'oranger</p>	<p>Terrine de campagne * Blanquette de poisson Pommes vapeur Gouda Fruit BIO de saison</p>
<p>Carottes râpées BIO Aiguillettes de poulet au thym Flageolets au jus Pettit suisse sucré Fruit de saison</p>	<p>Salade iceberg Tarte au fromage fraîche Poireaux frais et Pommes de terre béchamel Camembert BIO Crème caramel (Ferme du Chambon)</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 :

CRÈME D'ESPUMALES DE LÉGUMES

Ingrédients :

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

Préparation :

1. Mettre les épluchures de légumes dans un blender avec l'huile d'olive et les épices.

2. Mixer jusqu'à obtenir une crème lisse.

3. Saler à la fin.

4. Servir avec du pain grillé.

PLUS QU'À VOUS RÉGALER !



PRATIQUE JE ME REPÈRE DANS LE MENU



SOUS RÉSERVE DE MODIFICATIONS *



MENUS '4 SAISONS' | DU 02 DÉCEMBRE 2024 AU 22 DÉCEMBRE 2024

Scolaire 1Bio jour - Déjeuner

Du 02 déc. au 08 déc.

Du 09 déc. au 15 déc.

Du 16 déc. au 22 déc.

LUNDI

Salade verte BIO
Rôti de porc aux herbes
Lentilles au jus
Yaourt aromatisé
Gâteau basque

3 2 1 2

Salade de haricots verts BIO
Chipolatas au jus
Potatoes
Tartare ail et fines herbes
Compote de pommes bananes

1 2 3

Macédoine mayonnaise
Brandade de poisson du chef
Vache picon
Fruit BIO de saison

3 4 2

MARDI

Salade de pépinettes
Cordon bleu
Epinards hachés BIO
Chanteneige BIO
Fruit de saison

0 1 2 3

Taboulé
Filet de colin sauce citron
Brocolis à la béchamel
Verchicors BIO
Crème onctueuse au chocolat

1 2 3 4

Carottes râpées BIO au citron
Sauté de bœuf au jus
Semoule BIO
Bûchette mélangée
Compote de pommes

2 3 4 1

MERCREDI

Coléslaw BIO du chef
Filet de colin sauce crème
Gratin de pommes de terre façon
Dauphinois
Cantal AOP
Fruit de saison

3 2 1 2 3 4

Chou blanc BIO mayonnaise
Emincé de volaille au jus
Purée aux 3 légumes
Tomme blanche
Gâteau noix de coco du chef

4 3 2 1

Pâté en croûte Richelieu
Pointes d'aiguillettes sauce aux marrons
Pommes Duchesse
Dessert de Noël
Clémentine et gourmandise de Noël

4 3

JEUDI

Velouté de légumes du chef
Chili sin carne
Riz BIO
Yaourt de la ferme du Chambon
Donuts

2 3 4 1 2 3

Velouté de courges
Macaroni BIO à la bolognaise végétale
BIO
Yaourt nature
Fruit de saison

3 4 2 1

Salade de pâtes tricolores
Crêpe au fromage
Epinards hachés BIO
Edam
Fruit de saison

3 2 1

VENDREDI

RÉCETTE anti-gaspi
Un moyen de lutter contre le gaspillage alimentaire !
100t de tonnes d'aliments sont jetés par an. Pour limiter ce gaspillage, voici une idée de recette à faire chez vous :

Chips d'endives et légumes

Ingédients :

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

Préparation :

1. Couper les légumes en fines lamelles.
2. Mélanger les légumes avec l'huile d'olive et les épices.
3. Faire sécher à l'étuve à 150°C pendant 15-20 minutes.

PLUS QU'À VOUS REGARDER !



LOCAL



DU CHEF



LABELS (EGALIM)