



Menu standard 5C Egalim - 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

Betteraves **BIO** en salade  
Raviolis de boeuf  
Vache qui rit **BIO**  
Yaourt halloween



Salade verte vinaigrette à l'orange  
Croziflette **BIO** aux lardons (Crozets **BIO**)  
Compote pomme ananas  
Madeleine coquille pur beurre "Mistral"



Rosette  
Rôti de porc sauce barbecue  
Choux fleurs **BIO** persillés  
Coulommiers  
Fruit de saison



MARDI

Macédoine mayonnaise  
Omelette aux herbes du chef  
Purée de courges **BIO**  
Yaourt nature  
Fruit de saison



Salade de boulghour **BIO**  
Boulettes de boeuf sauce tomate  
Flageolets à l'ail  
Tartare nature  
Fruit **BIO** de saison



Salade de blé **BIO**  
Filet de colin sauce curry  
Epinards **BIO** et croûtons  
Saint nectaire AOP  
Fruit de saison



Céleri râpé frais **BIO** rémoulade  
Estouffade de boeuf à la niçoise  
Carottes fraîches persillées  
Petit suisse **BIO** aromatisé  
Fruit de saison



MERCREDI

Céleri râpé frais **BIO** sauce cocktail  
Aiguillettes de poulet au paprika  
Haricots verts **BIO** à l'ail  
Fromage blanc nature  
Tarte aux fruits rouges



Chou blanc **BIO** mayonnaise  
Rôti de porc à la moutarde  
Semoule **BIO**  
Gouda  
Compote de pommes



Velouté de légumes du chef  
Parmentier de courges  
Fromage blanc **BIO** d'Adèle  
Fruit de saison



Taboulé **BIO** du chef  
Filet de poisson pané et citron  
Epinards **BIO** et croûtons  
Emmental  
Beignet aux pommes



JEUDI

Carottes râpées **BIO**  
Sauté de boeuf bourguignon  
Pommes vapeur  
Comté AOP  
Fruit de saison



Salade de riz **BIO**  
Quenelle sauce aurore  
Carottes fraîches **BIO** vichy  
Crème anglaise  
Brownies du chef



Salade coleslaw **BIO**  
Poulet Gaston Gérard  
Pommes noisettes  
Brie  
Crème à la vanille



Duo d'haricots en salade  
Macaronis sauce fromagère (Mac and Cheese)  
Sauce fromagère (cheddar)  
Compote pomme menthe du chef  
Margotine noisette cacao "Mistral"



VENREDI

Cake savoyard (lardons, fromage) du chef  
Filet de colin sauce citron  
Choux fleurs **BIO** persillés  
Bûchette mélangée  
Compote pomme abricot



« En avoir gros sur la patate »



Salade iceberg  
Saucisse fumée  
Aligot  
Petit suisse aromatisé  
Fruit de saison

Salade de pâtes tricolores  
Dahl de lentilles et carottes à la crème de coco  
Yaourt nature  
Gâteau poire chocolat



Betteraves **BIO** en salade  
Blanquette de volaille  
Riz **BIO**  
Gouda  
Crème au chocolat



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
- Épices 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 !





Menu standard 5C Egalim - Déjeuner

Du 02 déc. au 08 déc.

Du 09 déc. au 15 déc.

Du 16 déc. au 22 déc.

LUNDI

Salade coleslaw **BIO**  
Steak haché sauce forestière  
Torti **BIO**  
Bûchette mélangée  
Fruit **BIO** de saison



Salade de blé **BIO**  
Calamar à la romaine  
Haricots verts **BIO** à l'ail  
Mimolette  
Fruit de saison



Chou blanc frais vinaigrette  
Emincé de volaille au miel  
Semoule **BIO**  
Camembert  
Fruit **BIO** de saison



MARDI

Salade de haricots verts **BIO**  
Omelette nature  
Pommes vapeur  
Chanteneige  
Flan chocolat



Salade de perles  
Sauté de boeuf VBF aux 4 épices  
Carottes fraîches **BIO** vichy  
Yaourt nature **BIO**  
Compote pomme fraise



Salade verte fraîche  
Hachis parmentier  
Tartare nature  
Fruit de saison



MERCREDI

Cake au fromage  
Sauté de volaille aux olives  
Brocolis **BIO** persillés  
Petit suisse **BIO** aromatisé  
Compote pomme pêche



Salade iceberg  
Choucroute Alsacienne  
Pommes de terre nature  
Tomme grise d'Auvergne  
Flan vanille nappé caramel



Macédoine mayonnaise  
Poisson meunière  
Chou romanesco à la crème  
Fromage blanc **BIO** d'Adèle  
Margotine noisette cacao "Mistral"



JEUDI

Salade iceberg  
Filet de poisson sauce crème  
Gratin de poireaux  
Emmental **BIO**  
Fruit **BIO** de saison



Velouté de légumes du chef  
Gratin de pâtes à la cancoillotte et dés de volaille  
Fromage blanc aromatisé  
Fruit **BIO** de saison



Céleri sauce fromage blanc  
Quenelles **BIO** à la sauce tomate  
Coquillettes  
Saint paulin  
Compote pomme framboise



VENDREDI

Velouté de patate douce du chef  
Cannelonis à la tomate  
Yaourt nature **BIO**  
Gâteau au yaourt du chef



Betteraves **BIO** en salade  
Curry de chou fleur et pois chiches  
Riz créole  
Pont L'Eveque AOP  
Tarte au flan



Céleri sauce fromage blanc  
Quenelles **BIO** à la sauce tomate  
Coquillettes  
Saint paulin  
Compote pomme framboise



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
- Épices 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 !

