



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<br>Calamars à la romaine<br>Julienne de légumes<br>Emmental<br>Fruits BIO de saison                                                    | Concombres frais BIO ciboulette<br>Rôti de porc sauce barbecue<br>Salade de riz du chef<br>Mimolette<br>Margotine noisette cacao "Mistral" | Salade de tomates BIO<br>Quenelles sauce blanche<br>Riz créole<br>Comté de la maison Benoit (39)<br>Cocktail de fruits                              | Salade verte BIO<br>Jambon blanc<br>Purée de pommes de terre<br>Gouda<br>Compote de Pommes BIO                                              |
| MARDI    | Salade verte BIO<br>Jambon blanc<br>Purée de pommes de terre<br>Petit suisse aromatisé<br>Crème au Caramel                                              | Taboulé BIO du chef<br>Pavé fromager<br>Ratatouille du chef<br>Coulommiers<br>Fruits BIO de saison                                         | Betteraves BIO en salade<br>Steak haché au jus<br>Gnocchi sauce tomate<br>Yaourt BIO d'Adelle<br>Fruits BIO de saison                               | Radis à croquer sauce fromage blanc ciboulette<br>Boulettes de bœuf sauce indienne<br>Tortil BIO<br>Tomme blanche<br>Flan vanille           |
| MERCREDI | Dips de carottes sauce fromage blanc<br>Sauté de volaille sauce forestière<br>Riz BIO<br>Meule du Jura de la maison Benoit (39)<br>Compote pomme fraise | Salade coleslaw BIO<br>Filet de poisson sauce crème<br>Coquillettes BIO<br>Cantal<br>Purée pomme fraise                                    | Carottes râpées BIO de la légumerie de Dijon<br>Sauté de bœuf à la provençale<br>Pommes de terre rissolées<br>Saint paulin<br>Compote pomme abricot | Salade de lentilles<br>Emincé de dinde au thym et citron<br>Carottes BIO de la légumerie de Dijon<br>Bûche du pilat<br>Fruits BIO de saison |
| JEUDI    |                                                                                                                                                         | Friand au fromage<br>Lasagnes bolognaises<br>Petit suisse BIO aromatisé<br>Fruit de saison                                                 | Pâté de campagne *<br>Poisson meunière<br>Epinards BIO et croûtons<br>Saint nectaire<br>Fruit de saison                                             |                                                                                                                                             |
| VENDREDI | Céleri râpé sauce cocktail<br>Paupiette de veau au jus<br>Haricots verts BIO persillés<br>Chanteneige BIO<br>Fruits BIO de saison                       | Salade verte BIO<br>Cheesburger<br>Frites<br>Yaourt aromatisé<br>Cookies du chef                                                           | Salade de pâtes BIO<br>Colombo de volaille<br>Courgettes fraîches à la provençale<br>Crème anglaise<br>Brownies d'anniversaire du chef              |                                                                                                                                             |

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



Ingédients :

- 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 !





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

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'Arinthe  
Flan vanille nappé caramel

JEUDI

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

REPAS FROID

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

Salade verte BIO  
Poisson à l'aioli  
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

ETE

VENDREDI

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

REPAS FROID

EXPRESSION CERVE

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 30 JUIN 2025 AU 06 JUILLET 2025**

Menu standard 5C Egalim - Déjeuner

Du 30 juin au 06 juil.

LUNDI

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



1 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
- 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 !

PRATIQUE JE ME REPÈRE DANS LE MENU



LOCAL



DU CHEF



LABELS (EGALIM)

SOUS RÉSERVE DE MODIFICATIONS \*

