



BIEN MANGER en restauration collective

C'est possible !

MENUS '4 SAISONS' | DU 07 JUILLET 2025 AU 03 AOÛT 2025

Menu standard 5C Egalim - Déjeuner

	Du 07 juil. au 13 juil.	Du 14 juil. au 20 juil.	Du 21 juil. au 27 juil.	Du 28 juil. au 03 août
LUNDI	Salade iceberg Chili con came Riz pour le chili Camembert <b>BIO</b> Flan chocolat  MEXICAIN		Salade de pâtes tricolores Sauté de boeuf frais à la provençale Carottes <b>BIO</b> de la légumerie de Dijon Edam Fruit de saison	Friand au fromage Omelette aux herbes du chef Julienne de légumes Yaourt aromatisé Fruits <b>BIO</b> de saison
MARDI	Pastèque Brandade de poisson du chef Vache qui rit <b>BIO</b> Compote de pommes du chef	Salade iceberg Filet de poisson sauce corail Farfalles Petit suisse <b>BIO</b> aromatisé Fruits <b>BIO</b> de saison	Salade verte fraîche Filet de poisson pané et citron Pommes pins Yaourt aromatisé Compote pomme fruits rouges du chef	Carottes râpées fraîches Merguez à l'orientale Semoule <b>BIO</b> Kiri Tarte au chocolat
MERCREDI	Gaspacho du chef Omelette <b>BIO</b> du chef Petits pois et carottes Petit suisse sucré Fruits <b>BIO</b> de saison	Melon Jambon blanc Salade de haricots verts Camembert <b>BIO</b> Flan pâtissier  1 <sup>er</sup> REPAS FROID	Betteraves vinaigrette Pavé fromager Lentilles mijotées aux oignons Fromage blanc <b>BIO</b> d'Adèle Fruits <b>BIO</b> de saison	Rillettes de thon Blanc de poulet froid et mayonnaise Salade de riz du chef Coulommiers Fruits <b>BIO</b> de saison  1 <sup>er</sup> REPAS FROID
JEUDI	Taboulé Boeuf bourguignon frais Ratatouille du chef Yaourt nature Fruits <b>BIO</b> de saison	Salade de pommes de terre aux échalotes Quenelle à la sauce tomate Poêlée de courgettes fraîches persillées P'tit cottenin ail et fines herbes Fruits <b>BIO</b> de saison	Salade de tomates fraîches Rôti de volaille froid et mayonnaise Macédoine vinaigrette Vache qui rit <b>BIO</b> Gâteau du chef au yaourt  1 <sup>er</sup> REPAS FROID	Melon Saucisse de Strasbourg Purée de pommes de terre Comté de la maison Benoit (39) Gâteau marbré du chef
VENDREDI	Salade de tomates fraîches Rôti de Porc Froid et Mayonnaise Salade de pâtes Moelleux d'Arinthon Crème à la vanille  1 <sup>er</sup> REPAS FROID	Salade de chou chinois sauce sucrée salée Emincé de volaille au miel Riz cantonnais Yaourt <b>BIO</b> d'Adelle Gâteau du chef à la fleur d'oranger  CHINOIS	Concombres frais en salade Sauté de porc IGP à la tomate (BFC) Riz <b>BIO</b> Saint paulin Mousse au chocolat	Salade de pommes de terre au curry Filet de poisson pané et citron Epinards hachés à la crème Yaourt nature Fruit de saison

**RECETTE ANTI-GASPPI**

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 !**

PRATIQUE JE ME REPÈRE DANS LE MENU



LOCAL



DU CHEF



LABELS (EGALIM)

SOUS RÉSERVE DE MODIFICATIONS \*





BIEN MANGER en restauration collective

C'est possible !

MENUS 4 SAISONS | DU 04 AOÛT 2025 AU 31 AOÛT 2025

Menu standard 5C Egalim - Déjeuner

	Du 04 août au 10 août	Du 11 août au 17 août	Du 18 août au 24 août	Du 25 août au 31 août
LUNDI	Salade de maïs au curry Cordon bleu Epinards hachés à la crème Yaourt aromatisé Fruits <b>BIO</b> de saison			
MARDI				Salade de tomates fraîches Poisson à l'aïoli Salade de pommes de terre Yaourt nature Gaufre liegeoise <small>1<sup>er</sup> REPAS FROID</small>
MERCREDI				Rosette Sauté de porc IGP à la tomate (BFC) Petits pois au jus Petit suisse aromatisé Fruits <b>BIO</b> de saison
JEUDI				Concombre à la ciboulette Pennes à la bolognaise Emmental râpé Compote pommes melon maison
VENDREDI				Taboulé <b>BIO</b> du chef Beignet de salsifis Ratatouille du chef Mimolette Flan 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 :**

- 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 !**

PRATIQUE JE ME REPÈRE DANS LE MENU



LOCAL



DU CHEF



LABELS (EGALIM)

SOUS RÉSERVE DE MODIFICATIONS \*

