



MENUS '4 SAISONS' | DU 06 JANVIER 2025 AU 02 FÉVRIER 2025 |

Menu scolaire - Déjeuner

Du 06 janv. au 12 janv.

Du 13 janv. au 19 janv.

Du 20 janv. au 26 janv.

Du 27 janv. au 02 févr.

LUNDI

Carottes râpées **BIO**  
Lasagnes au saumon  
Vache picon  
Compote de pommes coings



Céleri râpé frais **BIO** rémoulade  
Ravioli ricotta épinards **BIO** sauce tomate  
Fromage fondu le carré  
Fruit de saison



Salade de haricots verts **BIO**  
Parmentier végétal  
Saint nectaire AOP  
Flan chocolat



Taboulé  
Filet de lieu sauce ciboulette  
Haricots verts **BIO** persillés  
Yaourt nature  
Fruit de saison



MARDI

Salade de haricots verts **BIO**  
Pois chiches et légumes couscous  
Semoule **BIO**  
Petit suisse aromatisé  
Fruit de saison



Salade de lentilles aux échalotes  
Filet de colin sauce citron  
Petits pois **BIO** au jus  
Tomme grise d'Auvergne  
Compote pomme framboise



Salade de blé à l'orientale  
Filet de poisson meunière  
Épinards hachés **BIO**  
Bûchette mélangée  
Fruit de saison



Salade de chou chinois sauce sucrée salée  
Sauté de Volaille au Caramel  
Riz aux légumes façon wok  
Camembert **BIO**  
Rocher au coco



● NOUVEL AN CHINOIS

MERCREDI

JEUDI

Macédoine mayonnaise  
Sauté de boeuf aux oignons  
Riz **BIO**  
Cantal AOP  
Flan chocolat



Veluté de potiron du chef  
Jambon blanc  
Torti **BIO**  
Camembert  
Fruit de saison



Coleslaw **BIO** du chef  
Nugget's de volaille  
Lentilles au jus  
Chanteneige **BIO**  
Compote de pommes bananes



Salade verte  
Assortiment de Charcuterie \*  
Pommes vapeur  
Fromage à raclette  
Compote de pommes **BIO**



● RACLETTE

VENDREDI

Salade verte **BIO**  
Cordon bleu  
Purée aux 3 légumes  
Yaourt aromatisé  
Galette des Rois



Salade iceberg  
Sauté de boeuf sauce tomate  
Carottes **BIO** persillées  
Yaourt nature  
Gâteau basque



Betteraves **BIO** en salade  
Paupiette de veau au jus  
Purée de courges  
Fromage blanc sucré  
Gâteau du chef aux myrtilles



Veluté de légumes du chef  
Tortellini ricotta épinards sauce verte  
Fromage les Fripons  
Fruit de saison



👑 EIPHANIE

PRATIQUE JE ME REPÈRE DANS LE MENU



LOCAL



DU CHEF



LABELS (EGALIM)

SOUS RÉSERVE DE MODIFICATIONS \*

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 !





Menu scolaire - Déjeuner

Du 03 févr. au 09 févr.

Du 10 févr. au 16 févr.

Du 17 févr. au 23 févr.

LUNDI

Salade de blé à l'orientale  
Sauté de volaille à la moutarde  
Poêlée de chou fleur **BIO** persillé  
Gouda  
Flan chocolat



Salade d'haricots beurre  
Tajine de poulet au citron  
Semoule **BIO**  
Fromage blanc nature  
Fruit de saison



Salade de pépinettes  
Calamar à la romaine  
Carottes **BIO** persillées  
Tartare nature  
Fruit de saison



MARDI

Macédoine vinaigrette  
Stifado de boeuf  
Gratin de panais frais et pommes de terre  
Mimolette  
Fruit de saison



Salade verte **BIO**  
Pané de blé fromage et épinards  
Petits pois au jus  
Carré du Trièves  
Beignet au chocolat



Céleri râpé frais **BIO** rémoulade  
Steack haché au jus  
Potatoes  
Camembert  
Flan vanille nappé caramel



MERCREDI

JEUDI

Terrine de poisson  
Cubes de poisson blanc aux 3 céréales  
Riz **BIO** à la tomate  
Chanteneige **BIO**  
Compote de pommes **BIO**



Potage crecy  
Brandade de poisson du chef  
Yaourt nature **BIO**  
Fruit de saison



Betteraves **BIO** en salade  
Bolognaise végétale **BIO**  
Torti **BIO**  
Verchicors  
Fruit de saison



EXPRESSION POISSON

VENDREDI

Carottes râpées **BIO**  
Crêpe au fromage  
Épinards hachés à la crème  
Yaourt aromatisé  
Crêpe fraîche sucrée



Chou blanc **BIO** mayonnaise  
Boulettes d'agneau au jus  
Purée aux 3 légumes  
Livarot AOP  
Compote pomme framboise



Salade de pois chiches à l'italienne  
Chickenwings  
Haricots verts **BIO** persillés  
Yaourt de la ferme du Chambon  
Gâteau au yaourt du chef



CHANDELEUR



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 !

