



BIEN MANGER en restauration collective

C'est possible !

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

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



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 !



LOCAL



DU CHEF



LABELS (EGALIM)

