



MENUS '4 SAISONS' | DU 06 NOVEMBRE 2023 AU 24 DÉCEMBRE 2023 |

Egalim 30% BIO s/viande mercredi - Déjeuner

Du 06 novembre au 12 novembre

LUNDI

Betteraves **BIO** en salade
Lasagnes de légumes
Vache qui rit **BIO**
Fruit **BIO** de saison



MARDI

Oeuf dur mayonnaise
Nuggets végétal
Purée de courges et pommes de terre
Yaourt nature **BIO**
Fruit **BIO** de saison



MERCREDI

Céleri râpé frais **BIO** sauce cocktail
Quenelle sauce aurore
Pommes vapeur
Mimolette
Flan chocolat



JEUDI

Salade verte fraîche
Omelette à la forestière
Haricots verts **BIO** persillés
Fromage blanc **BIO**
Gâteau du chef framboise et speculoos



VENDREDI

Chou Blanc Mayonnaise
Filet de colin sauce citron
Riz **BIO**
Bûchette mélangée
Compote pomme abricot



LA PYRAMIDE ALIMENTAIRE



Les 7 grandes familles alimentaires :

L'eau
Les céréales
Les fruits et légumes
Les laitages
La viande, le poisson, les œufs
Les matières grasses
Les sucreries





MENUS '4 SAISONS' | DU 06 NOVEMBRE 2023 AU 24 DÉCEMBRE 2023 |

Egalim 30% BIO s/viande mercredi - Déjeuner

Du 13 novembre au 19 novembre

LUNDI

Carottes râpées vinaigrette
Couscous végétal (semoule, pois chiches, légumes)
Semoule dorée
Saint nectaire AOP
Fruit **BIO** de saison



MARDI

Salade de pâtes **BIO**
Filet de poisson meunière
Purée aux 3 légumes
Camembert **BIO**
Fruit de saison



MERCREDI

Chou rouge frais aux pommes
Quenelles aux olives
Blé
Gouda
Compote **BIO**



JEUDI

Macédoine mayonnaise
Pavé fromager
Carottes à la crème
Yaourt nature **BIO**
Beignet au chocolat



VENREDI

Salade Tango
Mac and cheese
Cheddar
Milk shake maison à la grenadine



LA PYRAMIDE ALIMENTAIRE



Les 7 grandes familles alimentaires :

L'eau
Les céréales
Les fruits et légumes
Les laitages
La viande, le poisson, les œufs
Les matières grasses
Les sucreries





MENUS '4 SAISONS' | DU 06 NOVEMBRE 2023 AU 24 DÉCEMBRE 2023 |

Egalim 30% BIO s/viande mercredi - Déjeuner

Du 20 novembre au 26 novembre

LUNDI

Salade de blé **BIO** à la tomate
 Calamar à la romaine
 Poêlée bretonne (brocolis, choux fleurs)
 Verchicors
 Flan chocolat



MARDI

Salade coleslaw **BIO**
 Filet de colin sauce crème
 Riz **BIO**
 P'tit cottentin nature
 Crème dessert vanille



MERCREDI

Salade d'haricots verts **BIO** aux échalotes
 Hoki sauce aurore
 Poêlée de légumes d'hiver
 Comté de la GAEC du rocher
 Barre bretonne



JEUDI

Salade verte **BIO**
 Tartiflette végétale
 Yaourt nature **BIO**
 Compote de pommes



VENREDI

Taboulé
 Omelette nature
 Epinards **BIO** à la béchamel
 Petit suisse aromatisé
 Fruit **BIO** de saison



LA PYRAMIDE ALIMENTAIRE



Les 7 grandes familles alimentaires :

- L'eau
- Les céréales
- Les fruits et légumes
- Les laitages
- La viande, le poisson, les œufs
- Les matières grasses
- Les sucreries





MENUS '4 SAISONS' | DU 06 NOVEMBRE 2023 AU 24 DÉCEMBRE 2023 |

Egalim 30% BIO s/viande mercredi - Déjeuner

Du 27 novembre au 03 décembre

LUNDI

Terrine de légumes
Filet de colin MSC sauce thym et citron
Semoule dorée
Fromage blanc **BIO**
Fruit de saison



MARDI

Céleri râpé sauce cocktail
Quenelles sauce crème
Fondue de poireaux frais
Camembert **BIO**
Riz au lait nappé caramel



MERCREDI

Friand au fromage
Raviolis ricotta épinards sauce verte
Petite tomme **BIO** du Trièves
Fruit **BIO** de saison



JEUDI

Salade de lentilles pique nique
Filet de hoki MSC aux 4 épices
Julienne de légumes
Yaourt nature **BIO**
Gâteau aux pépites de chocolat du chef



VENREDI

Chou rouge en vinaigrette
Blanquette de poisson
Riz **BIO**
Gouda
Fruit **BIO** de saison



LA PYRAMIDE ALIMENTAIRE



Les 7 grandes familles alimentaires :

L'eau
Les céréales
Les fruits et légumes
Les laitages
La viande, le poisson, les œufs
Les matières grasses
Les sucreries





MENUS '4 SAISONS' | DU 06 NOVEMBRE 2023 AU 24 DÉCEMBRE 2023 |

Egalim 30% BIO s/viande mercredi - Déjeuner

Du 04 décembre au 10 décembre

LUNDI

Carottes râpées vinaigrette
Boulettes de blé façon thaï
Torti **BIO**
Fromage blanc nature
Fruit de saison



MARDI

Salade de riz
Pané de blé fromage et épinards
Poêlée de légumes (champignons, carottes, h.verts)
Chanteneige **BIO**
Flan chocolat



MERCREDI

Céleri râpé frais **BIO** rémoulade
Filet de poisson pièce MSC aux olives
Pépinettes
Emmental **BIO**
Fruit **BIO** de saison



JEUDI

Pizza au fromage
Filet de colin sauce crème
Choux fleurs persillés
Tomme du Trièves **BIO**
Ile flottante



VENREDI

Velouté de légumes **BIO**
Macaronis au saumon
Petit suisse aromatisé
Donuts



LA PYRAMIDE ALIMENTAIRE



Les 7 grandes familles alimentaires :

L'eau
Les céréales
Les fruits et légumes
Les laitages
La viande, le poisson, les œufs
Les matières grasses
Les sucreries





MENUS '4 SAISONS' | DU 06 NOVEMBRE 2023 AU 24 DÉCEMBRE 2023 |

Egalim 30% BIO s/viande mercredi - Déjeuner

Du 11 décembre au 17 décembre

LUNDI

Betteraves **BIO** en salade
Nuggets végétal
Purée de pommes de terre
Edam
Crème onctueuse au chocolat



MARDI

Chou Blanc Mayonnaise
Lasagnes de légumes
Verchicors **BIO**
Compote de pommes coings



MERCREDI

Oeuf dur mayonnaise
Filet de hoki MSC sauce niçoise
Semoule **BIO**
Yaourt nature **BIO**
Fruit de saison



JEUDI

Salade de pâtes
Filet de colin MSC sauce julienne
Epinards **BIO** à la béchamel
Tomme blanche
Flan vanille



VENREDI

Velouté de légumes du chef
Brandade de poisson
Yaourt **BIO** à la vanille
Fruit **BIO** de saison



LA PYRAMIDE ALIMENTAIRE



Les 7 grandes familles alimentaires :

L'eau
Les céréales
Les fruits et légumes
Les laitages
La viande, le poisson, les œufs
Les matières grasses
Les sucreries





MENUS '4 SAISONS' | DU 06 NOVEMBRE 2023 AU 24 DÉCEMBRE 2023 |

Egalim 30% BIO s/viande mercredi - Déjeuner

Du 18 décembre au 24 décembre

LUNDI

Salade de brocolis vinaigrette
Macaronis au saumon
Chanteneige **BIO**
Fruit **BIO** de saison



MARDI

Carottes râpées **BIO**
Chili sin carne
Riz à la tomate
Camembert **BIO**
Crème dessert vanille



MERCREDI

Macédoine mayonnaise
Filet de poisson meunière
Haricots verts **BIO** persillés
Yaourt nature **BIO**
Gâteau aux pépites de chocolat du chef



JEUDI

Terrine de saumon
Poisson sauce crème et marrons
Pommes forestines
Dessert de Noël
Clémentine et papillotes

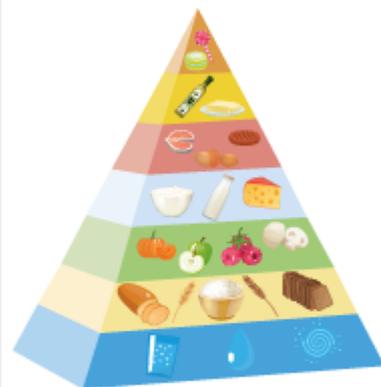


VENREDI

Taboulé **BIO** du chef
Boulettes de blé façon thaï
Poêlée de légumes **BIO** aux épices
Edam
Compote de pommes



LA PYRAMIDE ALIMENTAIRE



Les 7 grandes familles alimentaires :

L'eau
Les céréales
Les fruits et légumes
Les laitages
La viande, le poisson, les œufs
Les matières grasses
Les sucreries

