

# Menus de la Semaine du 1<sup>er</sup> au 02 Septembre 2022

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
			<i>Menu de la rentrée</i>	
			Sirop Melon charentais	Taboulé à la menthe
			<i>Plat végétarien protéiné</i> Quenelles natures sauce tomate	<i>Plat classique</i> Merlu sauce armoricaine
			Riz	Haricots beurre à la tomate
			Coulommiers	<i>Plat végétarien protéiné</i> Moelleux au sarrasin et aux légumes
			Glace vanille enrobée de chocolat en bâtonnet	Haricots beurre à la tomate
			<i>Repas végétarien protéiné pour tous</i>	Pont l'Evêque
				Fruit de saison

Plat classique

Plat végétarien protéiné



Issu du commerce  
équitable



Issu de l'agriculture  
biologique



Repas  
végétarien  
protéiné



Plat du chef

# Menus de la Semaine du 05 au 09 Septembre 2022

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
<p>Betteraves rouges Vinaigrette à la moutarde</p> <p><i>Plat classique</i> Haut de cuisse de poulet marengo (primaire) Emincé de poulet sauce marengo (maternelle)</p> <p>Riz</p> <p><i>Plat végétarien protéiné</i> Timbale de riz à l'espagnole (courgettes, poivrons, emmental, tomates)</p> <p>Fromage blanc et sucre</p> <p>Fruit de saison</p>	<p>Salade de concombres Sauce fromage blanc aux herbes</p> <p><i>Plat classique</i> Emincé de porc façon fermière</p> <p>Chou-fleur à la béchamel</p> <p><i>Plat végétarien protéiné</i> Nuggets de blé</p> <p>Chou-fleur à la béchamel</p> <p>Bûche lait de mélange</p> <p>Beignet aux pommes</p>	<p>Salade de pâtes à la grecque (fromage de brebis, poivrons, tomates)</p> <p><i>Plat classique</i> Rôti de dinde sauce miel</p> <p>Courgettes persillées</p> <p><i>Plat végétarien protéiné</i> Dauphinois de courgettes, pommes de terre, emmental et basilic</p> <p>Munster</p> <p>Fruit de saison</p> <p><i>Goûters :</i> Verre de lait Étoile à l'abricot</p>	<p>Melon charentais</p> <p><i>Plat classique</i> Colin sauce créole (curcuma, noix de coco, safran, crème)</p> <p>Pommes paillasson</p> <p><i>Plat végétarien protéiné</i> Quenelles natures sauce aurore</p> <p>Pommes paillasson</p> <p>Tomme blanche</p> <p>Smoothie pomme pêche</p>	<p><i>Menu Local</i></p> <p>Crudité locale</p> <p><i>Plat classique</i> Bolognaise de bœuf</p> <p>Rigol'Othes</p> <p><i>Plat végétarien protéiné</i> Rigol'Othes sauce tomate et lentillons façon bolognaise</p> <p>Yaourt nature et sucre</p> <p>Biscuit local</p>

Plat classique

Plat végétarien protéiné



Issu du commerce équitable



Issu de l'agriculture biologique
























Repas végétarien protéiné



Plat du chef

# Menus de la Semaine du 12 au 16 Septembre 2022

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Salade de haricots rouges, salade et maïs Vinaigrette à la moutarde	Salade verte Vinaigrette à la ciboulette	Salade de pommes de terre à la mimolette, mayonnaise et cornichons	Repas végétarien protéiné pour tous Pastèque	Le sarrasin 
<i>Plat classique</i> Chipolatas  	<i>Plat classique</i> Filet de hoki sauce niçoise (câpres, anchois, basilic, tomates, olives) 	<i>Plat classique</i> Sauté de bœuf sauce poivrade  	<i>Plat végétarien protéiné</i> Couscous aux légumes (semoule, légumes couscous, pois chiches, fève de soja, raisins secs, tomates) 	<i>Plat classique</i> Emincé de porc sauce forestière  
Ratatouille	Riz  	Carottes persillées		Haricots plats à l'ail
<i>Plat végétarien protéiné</i> Penne ratatouille aux lentilles corail et emmental	<i>Plat végétarien protéiné</i> Gratin d'épinards, riz et fromage de chèvre 	<i>Plat végétarien protéiné</i> Hachis de lentillons et purée de carottes 		<i>Plat végétarien protéiné</i> Grignoc épeautre Sauce paprika persillée 
Camembert	Saint Nectaire 	Pont l'Evêque 	Gouda	Petit fromage blanc et sucre
Dessert lacté au chocolat	Fruit de saison  	Fruit de saison  	Riz au lait	<b>Cake aux poires, noisettes et sarrasin</b> 
		Goûters : Jus d'orange Quatre-quarts		

Plat classique

Plat végétarien protéiné



Issu du commerce équitable



Issu de l'agriculture biologique



































Repas végétarien protéiné



Plat du chef

# Menus de la Semaine du 19 au 23 Septembre 2022

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
<i>Menu Local</i>				<i>Lentilles corail</i>
Crudité locale 	Concombres façon tzatziki	<b>Salade de petits pois sauce au fromage de chèvre, fromage blanc et citron</b> 	Salade de haricots beurre Vinaigrette à la moutarde	Macédoine <b>mayonnaise</b> 
<i>Plat classique</i> Merguez  	<i>Plat classique</i> Sauté de porc aux pruneaux  	<b>Plat classique</b> Emincé de poulet sauce basquaise  	<i>Plat classique</i> Bolognaise de bœuf  	<i>Plat classique</i> Dés de poissons blanc (colin, hoki, merlu) sauce tajine (cannelle, cumin, miel, poivrons, carottes) 
Pommes de terre grenailles 	Gratin de brocolis	<i>Plat classique</i> Boulgour 	<b>Coquill'Othes</b>  	<b>Lentilles corail, curry, coco et noix de cajou</b>
<i>Plat végétarien protéiné</i> Gratin de pommes de terre grenailles, fromage à raclette à la béchamel 	<i>Plat végétarien protéiné</i> Gratin de gnocchettis, brocolis, cheddar et mozzarella	<i>Plat végétarien protéiné</i> Boulgour aux légumes d'été et au basilic 	<i>Plat végétarien protéiné</i> Coquill'Othes aux légumes, pois cassés et emmental 	<i>Plat végétarien protéiné</i> Nuggets de pois chiches 
Crème dessert à la vanille 	Cantal 	Munster 	Saint Paulin	Bûche lait de mélange
Biscuit local   	Fruit de saison  	Flan saveur vanille nappé au caramel	Fruit de saison  	Clafoutis à l'abricot et aux griottes (œuf)  
		<b>Goûters :</b> Fruit de saison Gâteau fourré à la fraise		

Plat classique

Plat végétarien protéiné



Issu du commerce équitable



Issu de l'agriculture biologique



Repas végétarien protéiné



Plat du chef

# Menus de la Semaine du 26 au 30 Septembre 2022

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
<p>Salade de betteraves rouges Vinaigrette au vinaigre de framboise</p> <p><i>Plat classique</i> Sauté de dinde sauce au paprika</p> <p>Blé</p> <p><i>Plat végétarien protéiné</i> Blé aux légumes d'été et basilic (blé, courgettes, basilic, pesto rouge, olives, tomates, pois chiches)</p> <p>Bleu d'Auvergne</p> <p>Fruit de saison</p>	<p>Salade de concombres <i>Vinaigrette aux fines herbes</i></p> <p><i>Plat classique</i> Croustillant de colin</p> <p>Ratatouille</p> <p><i>Plat végétarien protéiné</i> Omelette</p> <p>Ratatouille</p> <p>Emmental</p> <p>Crème dessert au caramel</p>	<p>Pizza tomate et mozzarella</p> <p><i>Plat classique</i> Rôti de porc sauce charcutière</p> <p>Haricots verts persillés</p> <p><i>Plat végétarien protéiné</i> Galette de boulgour, pois chiches et emmental</p> <p>Haricots verts persillés</p> <p>Saint Nectaire</p> <p>Fruit de saison</p> <p><i>Goûters :</i> Verre de lait Moelleux au citron</p>	<p><i>Patate douce</i></p> <p>Céleri râpé sauce cocktail (<i>mayonnaise</i>)</p> <p><i>Plat végétarien protéiné</i> Fondant à la patate douce, fromage de chèvre et noisettes (œuf)</p> <p>Fromage blanc et sucre</p> <p>Fruit de saison</p>	<p>Salade verte <i>Vinaigrette au basilic</i></p> <p><i>Plat classique</i> Sauté de bœuf sauce au thym</p> <p>Carottes persillées</p> <p><i>Plat végétarien protéiné</i> Serpentini, carottes et mozzarella</p> <p>Brie</p> <p>Riz au lait</p>

Plat classique

Plat végétarien protéiné



Issu du commerce  
équitable



Issu de l'agriculture  
biologique



































Repas  
végétarien  
protéiné



Plat du chef

# Menus de la Semaine du 03 au 07 octobre 2022

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
<i>Menu Local</i>				
<p>Crudité locale </p> <p><i>Plat classique</i>   Saucisse chipolatas</p> <p>Lentillons de Champagne mijotés  </p> <p><i>Plat végétarien protéiné</i> Gratin de chou-fleur, pommes de terre et lentillons  </p> <p>Yaourt nature et sucre  </p> <p>Fruit de saison  </p>	<p>Carottes râpées Vinaigrette à la ciboulette</p> <p><i>Plat classique</i>   Fricassée de poulet à l'ancienne (crème, champignons)</p> <p>Petits pois mijotés </p> <p><i>Plat végétarien protéiné</i> Galette épeautre, boulgour et légumes  </p> <p>Petits pois mijotés </p> <p>Gouda</p> <p>Dessert lacté au chocolat</p>	<p>Velouté orange et patate douce</p> <p><i>Plat classique</i>  Sauté de veau marengo</p> <p>Pommes de terre persillées </p> <p><i>Plat végétarien protéiné</i> Quiche aux pommes de terre, oignons et fromage de chèvre (œuf) </p> <p>Pont l'Evêque </p> <p>Fruit de saison  </p> <p><i>Goûters :</i> Jus de raisin Etoile marbrée au chocolat</p>	<p>Chou chinois Vinaigrette à la moutarde</p> <p><i>Plat classique</i>  Merlu sauce bretonne</p> <p>Haricots blancs coco</p> <p><i>Plat végétarien protéiné</i> Chakalaka (carottes, haricots blancs, pois chiches, tomates, fèves, curry)</p> <p>Carré de l'Est</p> <p>Gâteau au yaourt (œuf, farine)  </p>	<p>Salade de pois chiches à la tomate</p> <p><i>Plat classique</i>   Emincé de porc sauce estragon</p> <p>Brocolis persillés</p> <p><i>Plat végétarien protéiné</i> Fondant au fromage de brebis et brocolis (œuf) </p> <p>Cantal </p> <p>Fruit de saison  </p>

Plat classique

Plat végétarien protéiné



Issu du commerce équitable



Issu de l'agriculture biologique



Repas végétarien protéiné



Plat du chef

# Menus de la Semaine du 10 au 14 Octobre 2022

## Le bassin Méditerranéen



Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Maroc 	Espagne 	Turquie 	Italie 	France 
Salade de haricots blancs à la marocaine (tomates, poivrons, cumin, coriandre) Vinaigrette à la moutarde	Tartine au fromage de chèvre, poivrons rouges et basilic Pain de mie	Salade de concombres, tomates et fromage de brebis Vinaigrette à la moutarde	Mascarpone au pesto rouge Pain de mie	Salade verte et croûtons Vinaigrette au vinaigre balsamique
<b>Plat végétarien protéiné</b> Tajine végétarien (semoule, carottes, pois chiches, patate douce, olives vertes, mélange épices couscous)	<b>Plat classique</b> Colin d'Alaska façon zarzuela (fruits de mer, tomates, piment, bisque de homard)	<b>Plat classique</b> Pain pita, émincé de dinde sauce aux épices kebab et crudités (salade verte, carottes) Sauce fromage blanc, persil et balsamique	<b>Plat classique</b> Bolognaise de bœuf	<b>Plat classique</b> Sauté de porc à la provençale
	Riz safrané	Pommes de terre noisettes	Penne rigate	Petits pois à la française
	<b>Plat végétarien protéiné</b> Paëlla végétarienne (riz, petits pois, poivrons, tomates, safran)	<b>Plat végétarien protéiné</b> Pain pita, moelleux sarrasin/lentilles/légumes et crudités (salade verte, carottes) Sauce fromage blanc, persil et balsamique	<b>Plat végétarien protéiné</b> Penne rigate sauce aux 2 fromages (bleu, mozzarella)	<b>Plat végétarien protéiné</b> Galette de lentilles vertes Sauce tomate
Fromage blanc et sucre	Mimolette	Pommes de terre noisettes	Fromage italien type parmesan	Petits pois à la française
Pomme à boire à la cannelle	Fruit de saison	Saint Paulin	Fruit de saison	Cantal
		Fruit de saison	Fruit de saison	Gâteau au citron (œuf, farine)
		<b>Goûters :</b> Verre de lait Pain et chocolat		

Plat classique

Plat végétarien protéiné



Issu du commerce équitable



Issu de l'agriculture biologique


























Repas végétarien protéiné



Plat du chef

# Menus de la Semaine du 17 au 21 Octobre 2022

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
<i>Repas végétarien protéiné pour tous</i>			<i>Menu Local</i>	
Œuf dur mayonnaise 	Salade de haricots rouges, maïs et salade Vinaigrette à la moutarde	Chou rouge Vinaigrette à l'échalote	Crudité locale 	Tartinade de carottes, pois chiches, sésame, miel et menthe Pain de mie 
<i>Plat végétarien protéiné</i> Quenelles natures sauce aurore	<i>Plat classique</i>  Sauté de bœuf sauce poivrade 	<i>Plat classique</i>  Dés de poissons blancs (colin, hoki, merlu) sauce dieppoise	<i>Plat classique</i>  Emincé de porc au paprika 	<i>Plat classique</i>  Sauté de dinde sauce aigre douce 
Blé 	Epinards branches à la crème	Semoule 	Pommes de terre grenailles 	Chou-fleur persillé
	<i>Plat végétarien protéiné</i> Farfalles, épinards et fromage de chèvre	<i>Plat végétarien protéiné</i> Semoule, pois chiches, légumes et mozzarella 	<i>Plat végétarien protéiné</i> Gratin de pommes de terre grenailles, fromage à raclette et béchamel 	<i>Plat végétarien protéiné</i> Omelette sauce tomate 
Tomme grise	Brie	Pont l'Evêque 	Yaourt nature et sucre 	Edam
Fruit de saison  	Dessert lacté saveur vanille	Fruit de saison	Biscuit local  	Fruit de saison 
		<i>Goûters :</i> Jus d'orange Rocher coco		

Plat classique

Plat végétarien protéiné



Issu du commerce équitable



Issu de l'agriculture biologique































Repas végétarien protéiné



Plat du chef



# Menus de la Semaine du 24 au 28 Octobre 2022

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Salade coleslaw <i>Vinaigrette à la moutarde</i>	Taboulé à la menthe	Salade verte <i>Vinaigrette à la ciboulette</i>	Céleri rémoulade 	Salade de betteraves rouges <i>Vinaigrette à la moutarde</i>
<i>Plat classique</i>   Sauté de bœuf sauce brune	<i>Plat classique</i>  Filet de colin meunière	<i>Plat classique</i>   Emincé de porc à la provençale	<i>Plat classique</i>   Sauté de dinde au caramel	<i>Plat classique</i>   Merguez
Coquillettes	Haricots verts persillés	Pommes de terre vapeur persillées 	Riz	Ratatouille
<i>Plat végétarien protéiné</i> Coquillettes aux légumes du Sud (courgettes, tomates, emmental, béchamel, fromage de brebis, basilic)	<i>Plat végétarien protéiné</i> Nuggets de pois chiches Sauce tomate 	<i>Plat végétarien protéiné</i> Clafoutis brocolis, pommes de terre et mozzarella (œuf) 	<i>Plat végétarien protéiné</i> Chili sin carne et riz (œuf) 	<i>Plat végétarien protéiné</i> Flan de ratatouille (œuf) 
Cantal 	Saint Nectaire 	Tomme blanche	Gouda	Petit fromage frais et sucre   
Fruit de saison 	Fruit de saison  	Crème dessert au chocolat	Fruit de saison  	Cake nature (œuf, farine)   
<u>Goûters :</u> Jus de raisin Pain et chocolat	<u>Goûters :</u> Verre de lait Moelleux au citron	<u>Goûters :</u> Fruit de saison Gaufre	<u>Goûters :</u> Jus d'orange Gâteau marbré	<u>Goûters :</u> Fruit de saison Etoile à la framboise

Plat classique

Plat végétarien protéiné



Issu du commerce équitable



Issu de l'agriculture biologique

























Repas végétarien protéiné



Plat du chef

# Menus de la Semaine du 31 Octobre au 04 Novembre 2022

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
<b>Menu orange</b>			<b>Menu Local</b>	
Salade verte et dés de mimolette <i>Vinaigrette à la ciboulette</i>		Salade de lentilles <i>Vinaigrette à l'échalote</i>	Crudité locale 	Macédoine <i>Vinaigrette à la moutarde</i>
<b>Plat classique</b>   Sauté de bœuf sauce au fromage frais Cantadou, agrumes et potiron		<b>Plat classique</b>   Emincé de poulet sauce curry	<b>Plat classique</b>   Sauté de porc sauce diable	<b>Plat classique</b>  Merlu sauce basilic
Carottes au jus		Petits pois mijotés	Rigol'Othes  	Boulgour
<b>Plat végétarien protéiné</b> Serpentini, carottes, fromage frais Cantadou et mozzarella		<b>Plat végétarien protéiné</b> Quiche petits pois et fromage de chèvre (œuf) 	<b>Plat végétarien protéiné</b> Rigol'Othes sauce aux 3 fromages (bleu, mozzarella, fromage italien type parmesan)  	<b>Plat végétarien protéiné</b> Tajine marocain, boulgour et pois chiches
Cheddar		Cantal 	Yaourt nature et sucre 	Bûche lait de mélange
Riz au lait		Fruit de saison  	Gâteau aux pommes (œuf, farine)   	Smoothie pomme, poire, ananas 
<b>Goûters :</b> Verre de lait Gâteau fourré au chocolat		<b>Goûters :</b> Jus de pommes  Pain et chocolat	<b>Goûters :</b> Jus d'orange Gaufre	<b>Goûters :</b> Fruit de saison Pain et confiture de griottes

Plat classique

Plat végétarien protéiné



Issu du commerce équitable



Issu de l'agriculture biologique



Repas végétarien protéiné



Plat du chef