



Menu classique

St Gilles - Déjeuner

Du 08 juil. au 14 juil.

Du 15 juil. au 21 juil.

Du 22 juil. au 28 juil.

Du 29 juil. au 04 août

LUNDI

Friand au fromage
Omelette **BIO** du chef
Carottes fraîches sautées
Petit suisse sucré



Salade de lentilles
Tortillas pomme de terre et oignons
Haricots verts à l'ail
Petit suisse **BIO** aromatisé

Salade de blé **BIO**
Stifado de boeuf (local)
Choux fleurs persillés
Yaourt aromatisé

Céleri rémoulade
Tortellini ricotta épinards
Fruit **BIO** de saison



MARDI

Pastèque
Rôti de Porc Froid *
Taboulé
Flan chocolat



Terrine de campagne *
Boulettes d'agneau au jus
Ratatouille
Fruit **BIO** de saison

Pastèque
Poisson pané et citron
Purée de pommes de terre
Glace

Melon
Chipolatas sauce tomate*
Semoule **BIO**
Crème au chocolat



MERCREDI

Tomate Croc'sel
Chili con carne
Riz camarguais **BIO**
Emmental **BIO**



Melon
Paupiette de veau au jus
Petits pois **BIO** au jus
Crème à la vanille

Salade verte **BIO**
Sauce bolognaise
Macaronis et râpé
Fruit **BIO** de saison

Concombre en salade
Thon mayonnaise
Salade de pommes de terre
Camembert **BIO**



JEUDI

Concombre **BIO** en salade
Hachis parmentier du chef
Gâteau aux pépites de chocolat du chef



Carottes râpées vinaigrette
Filet de colin sauce citron
Pâtes **BIO**
Tomme grise d'Auvergne

Salade de tomates **BIO**
Saucisse Knack de volaille
Salade de haricots verts
Brownies du chef

Rosette
Sauté de bœuf RAV sauce tomate
Courgettes persillées **BIO**
Gâteau du chef aux myrtilles



VENDREDI

Boulghour en salade
Filet de poisson sauce provençale
Courgettes persillées **BIO**
Glace



Nems aux légumes (HO)
Sauté de porc sauce aigre douce*
Riz camarguais
Gâteau noix de coco du chef



Crêpe au fromage
Omelette **BIO** du chef
Carottes fraîches sautées
Flan vanille nappé caramel



Salade mexicaine (haricots blanc et rouges, maïs)
Filet de colin sauce oseille
Haricots verts à l'ail
Glace



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 !





MENUS '4 SAISONS' | DU 05 AOÛT 2024 AU 01 SEPTEMBRE 2024

Menu classique

St Gilles - Déjeuner

Du 05 août au 11 août

Du 12 août au 18 août

Du 19 août au 25 août

Du 26 août au 01 sept.

LUNDI

Betteraves **BIO** en salade
Emincé de bœuf local aux épices
Purée de pommes de terre
Fruit de saison



Pastèque
Tortellini ricotta épinards + râpé
Flan vanille

Tomate Croc'sel
Saucisse Knack de volaille
Salade de pommes de terre
Brie

MARDI

Concombre **BIO** en salade
Rôti de dinde mayonnaise
Salade de pâtes au basilic **BIO**
Bûche du pilat



Salade de lentilles aux échalotes
Chickenwings
Macédoine de légumes
Yaourt nature

Pastèque
Sauce carbonara aux lardons *
Pennes et râpé
Flan chocolat

MERCREDI

Salade de pois chiches à l'italienne
Crique à l'emmental
Ratatouille
Petit suisse **BIO** aromatisé



Concombre **BIO** en salade
Boulettes de boeuf **BIO** sauce tomate
Boulghour
Glace

Taboulé **BIO** du chef
Poisson meunière
Ratatouille
Petit suisse **BIO** aromatisé

JEUDI

Accras de poisson
Sauté de porc au romarin*
Haricots beurre persillés
Gâteau au chocolat du chef



Courgettes râpées
Filet de colin sauce citron
Riz camarguais
Camembert **BIO**

Friand au fromage
Emincé de volaille Label Rouge au jus
Epinards **BIO** à la crème
Compote de pommes **BIO**

VENDREDI

Taboulé
Calamars à la romaine et citron
Courgettes persillées **BIO**
Glace



Salade verte fraîche
Nugget's de volaille et ketchup
Pommes noisettes
Donuts

Salade d'haricots beurre
Daube de boeuf à la provençale
Riz camarguais **BIO**
Fruit de saison

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 !

