



MENUS '4 SAISONS' | DU 22 AVRIL 2024 AU 19 MAI 2024

Menu classique - Saint Gilles

Du 22 avr. au 28 avr.

Du 29 avr. au 05 mai

Du 06 mai au 12 mai

Du 13 mai au 19 mai

LUNDI

Salade de haricots verts
Omelette **BIO** du chef
Coquillettes
Lou mirabel



Salade de pâtes
Rigolo au fromage
Petits pois et carottes au jus
Fruit **BIO** de saison



Macédoine mayonnaise
Saucisse de Lozère *
Purée de pommes de terre
Emmental



Tomate Croc'sel
Tortellini ricotta épinards sauce verte et râpé
Fruit **BIO** de saison



MARDI

Salade de blé à l'orientale
Aiguillettes de poulet au thym
Poêlée de légumes
Compote de pommes **BIO**



Tomates **BIO** croc'sel
Chipolatas
Lentilles au jus
Bûchette mélangée



Salade verte **BIO**
Boulettes d'agneau au jus
Blé
Petit suisse aromatisé



Taboulé
Jambon blanc de porc
Purée aux 3 légumes
Flan vanille



MERCREDI

Betteraves **BIO** en salade
Sauté de boeuf aux oignons (local)
Riz camarguais
Flan chocolat



Céleri râpé frais **BIO** sauce cocktail
Emincé de bœuf local aux épices
Riz camarguais **BIO**
Crème à la vanille



Coleslaw **BIO** du chef
Sauté de volaille LR à la crème
Riz camarguais **BIO**
Compote pomme fraise



JEUDI

Taboulé
Filet de poisson à l'italienne
Carottes **BIO** persillées
Fruit de saison



Carottes râpées **BIO**
Filet de poisson meunière et citron
Poêlée de courgettes fraîches persillées
Eclair au chocolat



Salade verte **BIO**
Cheesburger
Pommes noisettes
Donuts



VENDREDI

Salade verte **BIO**
Colombo de porc
Pommes boulangères
Gâteau au yaourt du chef



Terrine de campagne et cornichons
Filet de poisson nature
Ratatouille
Fruit **BIO** de saison



Terrine de campagne et cornichons
Filet de poisson nature
Ratatouille
Fruit **BIO** 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 !





MENUS '4 SAISONS' | DU 20 MAI 2024 AU 16 JUIN 2024 |

Menu classique - Saint Gilles

Du 20 mai au 26 mai

Du 27 mai au 02 juin

Du 03 juin au 09 juin

Du 10 juin au 16 juin

LUNDI

Macédoine mayonnaise
Rôti de porc au jus
Purée de pommes de terre
Compote de pommes **BIO**

Pastèque
Sauce bolognaise
Pâtes **BIO**
Compote pomme framboise

Melon
Nugget's de volaille
Potatoes et ketchup
Crème pralinée

MARDI

Betteraves **BIO** en salade
Chili végétarien
Riz camarguais
Fruit de saison

Radis et beurre
Boulettes de boeuf aux 4 épices (VBF)
Macaronis **BIO**
Tomme de Lozère

Gaspacho
Œuf dur mayonnaise
Pommes de terre en salade
Fruit **BIO** de saison

Tomate Croc'sel
Chakalaka végétal du chef
Riz camarguais
Petit suisse sucré

MERCREDI

Concombre en salade
Sauté de bœuf à la provençale
Pommes de terre persillées
Saint paulin

Salade de lentilles aux échalotes
Aiguillettes de poulet au thym
Carottes fraîches aux petits oignons
Fromage blanc aromatisé

Carottes râpées **BIO**
Curry de porc **
Poêlée de légumes
Beignet aux pommes

Concombre **BIO** en salade
Paupiette de veau sauce forestière
Semoule
Edam

JEUDI

Crêpe au fromage
Filet de poisson meunière et citron
Aubergines à la tomate
Yaourt nature **BIO**

Salade de tomates **BIO**
Filet de poisson sauce curry
Haricots verts **BIO** à l'ail
Gâteau du chef aux pommes

Concombre à la ciboulette
Sauté de boeuf RAV aux olives
Boullghour
Crème au chocolat

Macédoine mayonnaise
Filet de hoki nature
Aubergines fraîche et pommes de terre en béchamel
Fruit **BIO** de saison

VENDREDI

Salade de pâtes **BIO**
Colombo de volaille
Courgettes persillées
Gâteau au chocolat du chef

Salade de saison
Omelette du chef
Riz à la tomate
Yaourt nature **BIO**

Taboulé **BIO** du chef
Filet de poisson nature
Ratatouille du chef
Lou mirabel

Salade verte **BIO**
Rôti de Porc Froid
Salade de pâtes
Gâteau aux pépites de chocolat du chef

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 17 JUIN 2024 AU 07 JUILLET 2024

Menu classique - Saint Gilles

Du 17 juin au 23 juin

Du 24 juin au 30 juin

Du 01 juil. au 07 juil.

LUNDI

Taboulé **BIO** du chef
Boulettes de boeuf sauce tomate
Haricots verts persillés
Fruit **BIO** de saison



Salade de pois chiches marocaine
Emincé de volaille sauce curry (label rouge)
Jardinière de légumes
Edam



Taboulé **BIO** du chef
Pizza au fromage
Salade de haricots verts
Yaourt nature



MARDI

Pastèque
Dahl de lentilles (PP)
Riz camarguais
Carré frais **BIO**



Betteraves en salade
Paupiette de veau au jus
Pommes vapeur
Vache qui rit **BIO**



Salade verte **BIO**
Raviolis (ST) +râpé
Compote de pommes et biscuit (ST)



MERCREDI

Salade de pommes de terre
Sauté de volaille LR au paprika
Courgettes fraîches à la béchamel
Camembert



Melon jaune
Sauce carbonara aux lardons *
Pâtes **BIO**
Flan vanille nappé caramel



Concombre **BIO** en salade
Filet de poisson aux épices tandoori
Pommes de terre persillées
P'tit cottentin nature



JEUDI

Salade verte **BIO**
Filet de poisson froid mayonnaise
Salade de pâtes au basilic (accompagnement)
Tarte au flan



Radis croc'sel
Pavé fromager
Carottes fraîches sautées
Gâteau au yaourt du chef



Pâté de volaille (ST)
Calamars à la romaine et citron
Aubergines et courgettes fraîches en béchamel
Gâteau basque



VENREDI

Concombre en salade
Chipolata au jus*
Purée de pommes de terre
Crème à la vanille



Tomate à la Ciboulette
Moquecca de poisson à la brésilienne
Riz **BIO** / Ratatouille
Petit suisse sucré



Tomate Croc'sel
Hot dog
Chips
Petit Filou tubes

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 !

