

## MENUS '4 SAISONS' | DU 5 JANVIER 2026 AU 1 FÉVRIER 2026 |

### Menu scolaire 30b - Déjeuner

	Du 05 janv. au 11 janv.	Du 12 janv. au 18 janv.	Du 19 janv. au 25 janv.	Du 26 janv. au 01 févr.
LUNDI	Pamplemousse rose Lasagnes au saumon Chanteneige <b>BIO</b> Compote de pommes HVE	Céleri râpé frais <b>BIO</b> rémoulade Ravioli ricotta épinards <b>BIO</b> sauce tomate Fromage fondu le carré Fruit	Salade de haricots verts <b>BIO</b> Nugget's de volaille Lentilles au jus Saint nectaire AOP Flan chocolat	Salade de pommes de terre Filet de lieu sauce ciboulette Carottes persillées Yaourt nature <b>BIO</b> Fruit
MARDI	Salade de haricots verts <b>BIO</b> Curry de pois chiches <b>BIO</b> , tomate et carottes Semoule <b>BIO</b> Yaourt nature <b>BIO</b> Fruits <b>BIO</b> de saison	Taboulé <b>BIO</b> Filet de colin sauce citron Petits pois au jus Carré du Trièves Compote pomme framboise	Salade de blé à l'orientale Filet de poisson meunière Chou fleur <b>BIO</b> béchamel Bûchette mélangée Fruit	Céleri râpé sauce cocktail Rôti de volaille sauce forestière Semoule <b>BIO</b> Camembert <b>BIO</b> Rocher au coco
MERCREDI				
JEUDI	Macédoine mayonnaise Hachi Camarguais du chef Cantal AOP Flan chocolat	Salade iceberg Sauté de boeuf sauce tomate Carottes fraîches aux petits oignons Yaourt nature Gâteau basque	Salade coleslaw Gnocchis aux petits pois, épinards et pesto Chanteneige <b>BIO</b> Compote pomme abricot	Salade iceberg Assortiment de charcuteries* Pommes vapeur Fromage à raclette Compote de Pommes <b>BIO</b>
VENREDI	Salade verte <b>BIO</b> Cordon bleu Purée aux 3 légumes Yaourt aromatisé Galette des Rois	Velouté de potiron du chef Risotto de coquillettes <b>BIO</b> dès de volaille du chef Camembert Fruits <b>BIO</b> de saison	Betteraves <b>BIO</b> en salade Paupiette de veau au jus Purée de courges Fromage blanc (ferme du Chambon) Gâteau du chef aux myrtilles	Velouté de légumes du chef Torsade HVE sauce tomate, basilic et fromage Fromage les Fripons Fruit

#### 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 :

- Épluchures 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 !



PRATIQUE JE ME REPÈRE DANS LE MENU



SOUS RÉSERVE DE MODIFICATIONS

## MENUS '4 SAISONS' | DU 2 FÉVRIER 2026 AU 8 FÉVRIER 2026 |

### Menu scolaire 30b - Déjeuner

Du 02 févr. au 08 févr.

LUNDI

Carottes râpées fraîches  
Crêpe au fromage  
Epinards hachés **BIO**  
Yaourt aromatisé  
Crêpe fraîche sucrée



 CHANDELEUR

MARDI

Macédoine vinaigrette  
Filet de lieu sauce citron  
Gratin de pommes de terre façon  
Dauphinois  
Mimolette  
Fruit



MERCREDI

JEUDI

Betteraves en salade  
Cannelonis à la tomate  
Chanteneige **BIO**  
Fruits **BIO** de saison



VENDREDI

Salpicao (carottes, maïs, céleri, pomme)  
Feijão com arroz  
Yaourt nature **BIO**  
Bolo de fuba du chef



 CARNAVAL DE RIO

#### 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 :

- Épluchures 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 !



PRATIQUE JE ME REPÈRE DANS LE MENU



SOUS RÉSERVE DE MODIFICATIONS