
















Semaine n°01 : du 3 au 7 Janvier 2022

EPIPHANIE

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
 ENTRÉE	Betterave ou Potage de légumes 	Salade verte aux croutons		Carotte râpée vinaigrette	Crêpe au fromage
 PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Lasagnes à la bolognaise	Tajine de légumes aux pois chiches et semoule 		Sauté de dinde aux champignons 	Beignets de poisson citron 
	***	***		Petits pois cuisinés * 	Epinards béchamel
 PRODUIT LAITIER	Yaourt aromatisé 	Emmental 		Camembert 	Vache qui rit 
 DESSERT	Pomme	Crème dessert caramel		Galette des rois 	Clémentines

















TOUT SAVOIR SUR NOS RECETTES

Salade vitaminée: carotte, chou chinois vinaigrette à l'orange/ Blé fantaisie: blé, tomate, maïs

* contient du porc

P.A. n°4

Semaine n°02 : du 10 au 14 Janvier 2022

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
 ENTRÉE	Salade vitaminée	Potage de légumes ou macédoine de légumes		Potage de potiron ou salade verte	Salade de blé fantaisie 
 PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Goulash de bœuf 	Filet de colin sauce crevettes 		Faboulettes de lentilles jaunes sauce crème curcuma 	Chou-fleur à la parisienne *
	Haricots verts 	Riz créole 		Purée de carotte	***
 PRODUIT LAITIER	Yaourt nature sucré 	Edam 		Vache qui rit 	Fromage blanc sucré
 DESSERT	Madeleine	Poire		Clémentines	Purée de pommes

Les labels de qualité (sauf BIO) concernent l'ingrédient majoritaire de la recette.

 Le picto BIO indique une recette respectant les exigences du règlement CE n°889/2008. Pour les recettes contenant moins de 100% de produits BIO, l'ingrédient BIO sera précisé dans le libellé du plat.

 Le picto Local indique un produit issu du terroir de proximité entre le producteur et notre cuisine.

P.A. n°5



Plat végétarien



Label rouge



Viande/Cœuf de France



Pêche responsable



Semaine n°03 : du 17 au 21 Janvier 2022



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
ENTRÉE	Crêpe au fromage	Potage de légumes ou Salade verte		Salade d'haricots verts BIO échalote	Salade colorée
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Emincé de dinde au curry	Hachis parmentier		Coquillettes bolognaise de lentilles	Blanquette de poisson
	Poêlée de légumes	***		***	Semoule dorée
PRODUIT LAITIER	Carré frais	Emmental		Saint Nectaire	Yaourt aromatisé
DESSERT	Clémentine	Mousse au chocolat	Flan pâtissier	Purée pomme vanille	

TOUT SAVOIR SUR NOS RECETTES

Salade colorée: carotte, chou rouge, radis blanc

* contient du porc

P.A. n°1

Semaine n°04 : du 24 au 28 Janvier 2022

La montagne - La Savoie



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
ENTRÉE	Chou-fleur BIO vinaigrette ou potage de légume	Lentilles à l'échalote		Chou blanc BIO vinaigrette au miel	Carotte râpée ciboulette
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Riz à la cantonnaise	Filet de colin sauce curry		Pommes de terre à la savoyarde *	Boeuf bourguignon
	***	Haricots beurre		***	Tortis
PRODUIT LAITIER	Bûchette mi chèvre	Yaourt sucré		Délice comme un Mont Blanc	Brie
DESSERT	Liégeois chocolat	Poire	Marmotine à la myrtille	Flan nappé caramel	

Les labels de qualité (sauf BIO) concernent l'ingrédient majoritaire de la recette.

Le picto BIO indique une recette respectant les exigences du règlement CE n°889/2008. Pour les recettes contenant moins de 100% de produits BIO, l'ingrédient BIO sera précisé dans le libellé du plat.

Le picto Local indique un produit issu du terroir de proximité entre le producteur et notre cuisine.

P.A. n°2



Plat végétarien



Label rouge



Viande/Cœuf de France





















Pêche responsable



UNE ALIMENTATION SAINES & NATURELLE AU PLUS PRÈS DES TERRITOIRES

Semaine n°05 : du 31 Janvier au 4 Février 2022

CHANDELEUR

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
 ENTRÉE	Perles citron coriandre	Céleri rémoulade		Potage de légumes ou Betteraves 	Saucisson sec *
 PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Cordon bleu	Croq végétarien 		Sauté de bœuf stroganoff 	Filet de colin sauce normande 
	Purée de potiron	Carottes BIO à la crème 		Poêlée de légumes 	Riz créole 
 PRODUIT LAITIER	Emmental 	Vache qui rit 		Edam 	Pont l'Evêque 
 DESSERT	Clémentine	Crème dessert chocolat		Crêpe de la chandeleur 	Pomme 

P.A. n°3



















TOUT SAVOIR SUR NOS RECETTES

Salade coleslaw: carottes, chou blanc, mayonnaise / Salade western: haricots rouges maïs

* contient du porc

Semaine n°06 : du 7 au 11 Février 2022

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
 ENTRÉE	Potage de légumes ou macédoine BIO mayonnaise 	Salade coleslaw		Salade verte	Salade de riz, maïs, poivrons 
 PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Tortis bolognaise	Emincé de dinde au miel épicé 		Parmentier de lentilles corail et carottes 	Filet de colin pané citron
	***	Semoule 		***	Chou-fleur BIO persillé 
 PRODUIT LAITIER	Comté 	Bûchette mi chèvre 		Yaourt nature sucré 	Gouda 
 DESSERT	Orange 	Fromage blanc aux fruits		Moelleux au citron	Banane

P.A. n°4

Les labels de qualité (sauf BIO) concernent l'ingrédient majoritaire de la recette.

Le picto BIO indique une recette respectant les exigences du règlement CE n°889/2008. Pour les recettes contenant moins de 100% de produits BIO, l'ingrédient BIO sera précisé dans le libellé du plat.

Le picto Local indique un produit issu du terroir de proximité entre le producteur et notre cuisine.



Plat végétarien



Label rouge



Viande/Œuf de France


















Pêche responsable



UNE ALIMENTATION SAINE & NATURELLE AU PLUS PRÈS DES TERRITOIRES

Semaine n°07 : du 14 au 18 Février 2022



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
 ENTRÉE	Chou rouge vinaigrette	Betterave ou potage de légumes 		Salade de pommes de terre à l'échalote	Céleri sauce fromage blanc curry
 PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Bœuf mironton 	Filet de colin sauce armoricaine 		Nuggets de blé 	Cassoulet *
	Carottes braisées 	Riz créole 		Haricots verts	***
 PRODUIT LAITIER	Yaourt aromatisé 	Vache qui rit 		Brie 	Emmental 
 DESSERT	Barre bretonne	Clémentines	Pomme	Purée pomme fruits rouges	
















P.A. n°5

TOUT SAVOIR SUR NOS RECETTES

Duo d'hiver vinaigrette aux agrumes : carotte, radis blanc vinaigrette aux agrumes


* contient du porc

Semaine n°08 : du 21 au 25 Février 2022

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
 ENTRÉE	Crêpe au fromage	Chou blanc aux raisins		Salade verte ou potage potiron 	Duo d'hiver vinaigrette aux agrumes 
 PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Poulet rôti 	Boulettes de bœuf sauce tomate 		Blé BIO aux haricots rouges façon chili 	Filet de poisson au curry 
	Petits pois cuisinés * 	Pommes de terre rissolées		***	Pâtes torti 
 PRODUIT LAITIER	Cotentin	Camembert 		Fromage frais sucré	Mimolette
 DESSERT	Orange	Mousse au chocolat	Tarte aux poires	Banane 	

P.A. n°1

Les labels de qualité (sauf BIO) concernent l'ingrédient majoritaire de la recette.

 Le picto BIO indique une recette respectant les exigences du règlement CE n°889/2008. Pour les recettes contenant moins de 100% de produits BIO, l'ingrédient BIO sera précisé dans le libellé du plat.

 Le picto Local indique un produit issu du terroir de proximité entre le producteur et notre cuisine.



Plat végétarien



Label rouge



Viande/Ceuf de France



Pêche responsable


 UNE ALIMENTATION SAIN & NATURELLE
 AU PLUS PRÈS DES TERRITOIRES

Semaine n°09 : du 28 Février au 4 Mars 2022

MARDI GRAS

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
 ENTRÉE	Potage de légumes ou macédoine mayonnaise	Salade verte 		Salade coleslaw	Salade de terre sauce tartare
 PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Sauté de porc au caramel *	Parmentier de carotte au boeuf 		Omelette 	Filet de colin sauce normande 
	Riz créole 	***		Pâtes farfalle façon milanaise	Haricots beurre
 PRODUIT LAITIER	Pavé 1/2 sel	Vache qui rit 		Fromage frais ail et fines herbes	Tome blanche
 DESSERT	Crème dessert vanille	Beignet de mardi gras	Flan nappé caramel	Poire	

















TOUT SAVOIR SUR NOS RECETTES

Salade coleslaw: carotte, chou blanc mayonnaise /Salade tricolore: pâtes tricolores, olives / Pâtes farfalle façon milanaise: pâtes, sauce tomate, champignons

* contient du porc

P.A. n°2

Semaine n°10 : du 7 au 11 Mars 2022

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
 ENTRÉE	Salade tricolore	Concombre ciboulette		Céleri rémoulade	Pâté de campagne *
 PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Cordon bleu de volaille	Nugget's de blé 		Goulash de bœuf 	Colin pané citron
	Petits pois au jus	Purée de pommes de terre		Semoule 	Carottes persillées 
 PRODUIT LAITIER	Emmental 	Cantal 		Edam 	Brie 
 DESSERT	Orange	Liégeois vanille	Purée de pommes	Banane 	

BIO

Le picto BIO indique une recette respectant les exigences du règlement CE n°889/2008. Pour les recettes contenant moins de 100% de produits BIO, l'ingrédient BIO sera précisé dans le libellé du plat.

LOCAL

Le picto Local indique un produit issu du terroir de proximité entre le producteur et notre cuisine.

P.A. n°3



Plat végétarien



Label rouge


















Viande/Œuf de France



Pêche responsable



Semaine n°11 : du 14 au 18 Mars 2022

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
 ENTRÉE	Macédoine de légumes	Salade bicolore (Carotte BIO) 		Salade verte 	Salade de blé fantaisie 
 PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Lasagnes à la bolognaise	Dahl de lentilles corail et RIZ BIO  		Sauté de dinde à la crème 	Colin meunière citron
	***	***		Chou-fleur au paprika	Mitonnée de légumes
 PRODUIT LAITIER	Fromage blanc sucré	Edam 		Pont L'Evêque 	Carré frais 
 DESSERT	Pomme 	Crème dessert caramel	Brownies	Kiwi	



TOUT SAVOIR SUR NOS RECETTES

Salade bicolore: carotte, radis / Salade arlequin: p. de terre, petits pois, maïs / Salade de blé fantaisie: blé, tomate, maïs / Méli mélo de crudités vinaigrette au raisin: carotte, céleri vinaigrette au jus de raisin
















* contient du porc

P.A. n°4

Semaine n°12 : du 21 au 25 Mars 2022

Les rivières en Charente



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
 ENTRÉE	Taboulé	Coquillettes au basilic 		Méli Mélo de crudités BIO vinaigrette au raisin	Betterave ciboulette 
 PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Boeuf printanier 	Croq végétarien 		Filet de colin sauce mouclade 	Saucisse de Toulouse *
	Carottes braisées 	Epinards béchamel		Pommes vapeur	Purée de pois cassés
 PRODUIT LAITIER	Camembert 	Yaourt nature sucré 		Bûchette mi chèvre 	Edam 
 DESSERT	Cocktail de fruits	Pomme	Millas charentais	Poire	

Les labels de qualité (sauf BIO) concernent l'ingrédient majoritaire de la recette.

 Le picto BIO indique une recette respectant les exigences du règlement CE n°889/2008. Pour les recettes contenant moins de 100% de produits BIO, l'ingrédient BIO sera précisé dans le libellé du plat.

 Le picto Local indique un produit issu du terroir de proximité entre le producteur et notre cuisine.

P.A. n°5



Plat végétarien



Label rouge



Viande/Œuf de France



Pêche responsable

