



Menu Grabels - Déjeuner

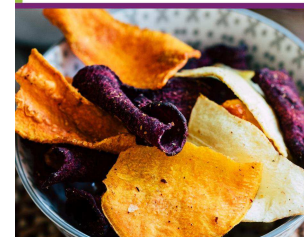
	Du 03 mars au 09 mars	Du 10 mars au 16 mars	Du 17 mars au 23 mars	Du 24 mars au 30 mars
LUNDI	<p>Crêpe au fromage Poisson pané et citron Carottes fraîches persillées Fruit <b>BIO</b> de saison</p>	<p>Taboulé Nuggets végétal Choux fleurs persillés Brie Fruit <b>BIO</b> de saison</p> <p>VÉGÉTARIEN</p>	<p>Salade de pépinettes Sauté de volaille sauce curry tandoori Haricots verts <b>BIO</b> persillés Liégeois au chocolat</p>	<p>Salade verte <b>BIO</b> Saucisse de Lozère * Aligot Crème à la vanille</p>
MARDI	<p>Salade coleslaw <b>BIO</b> Haricots rouges à la tomate Pommes de terre persillées Camembert Crème au chocolat</p> <p>VÉGÉTARIEN</p>	<p>Betteraves <b>BIO</b> en salade Lentilles <b>BIO</b> sauce Tex Mex Purée de pommes de terre <b>BIO</b>, Carré frais <b>BIO</b> Crème dessert <b>BIO</b></p> <p>VÉGÉTARIEN</p>	<p>Sauté de veau marengo Pommes vapeur Plateau de fromages Fruit <b>BIO</b> de saison</p>	<p>Salade de pois chiches nature Pavé fromager Épinards branches et croûtons Yaourt nature Fruit <b>BIO</b> de saison</p> <p>VÉGÉTARIEN</p>
MERCREDI	<p>Terrine de campagne * Paupiette de veau au jus Haricots verts persillés Petit suisse <b>BIO</b> aromatisé Fruit de saison</p>	<p>Velouté de courges Boulettes d'agneau au jus Macaronis <b>BIO</b> Yaourt nature <b>BIO</b> Fruit de saison</p>	<p>Salade verte <b>BIO</b> Filet de colin sauce julienne Petits pois au jus Tomme blanche Gâteau au chocolat du chef</p>	<p>Chou chinois en salade Rôti de volaille à la crème Riz camarguais <b>BIO</b> Coulommiers Compote pommes abricots</p>
JEUDI	<p>Velouté dubarry <b>BIO</b> Pois chiches aux légumes couscous <b>BIO</b> Semoule <b>BIO</b> Saint paulin <b>BIO</b> Compote pomme banane <b>BIO</b></p> <p>VÉGÉTARIEN</p>	<p>Salade mexicaine (haricots blanc et rouges, maïs) Pilons de poulet + ketchup Pommes noisettes Cocktail de fruits</p> <p>TEX MEX</p>	<p>Chou blanc <b>BIO</b> en salade Lasagnes de légumes du chef Petit suisse <b>BIO</b> aromatisé Compote de pommes <b>BIO</b></p> <p>VÉGÉTARIEN</p>	<p>Potage de haricots verts Boulettes tomate mozzarella Gratin de choux fleurs Yaourt nature <b>BIO</b> Gâteau aux haricots rouges du chef</p> <p>EXPRESSION HARICOT</p>
VENDREDI	<p>Salade verte <b>BIO</b> Rôti de porc au jus* Brocolis persillés Gâteau aux pépites de chocolat du chef</p>	<p>Blanquette de poisson Riz camarguais <b>BIO</b> Lou Bren Compote de pommes</p>	<p>Friand au fromage Omelette <b>BIO</b> du chef Carottes fraîches sautées Yaourt aromatisé à la barbe à papa Fruit <b>BIO</b> de saison</p> <p>VÉGÉTARIEN</p>	<p>Filet de colin basquaise Semoule <b>BIO</b> Carré frais <b>BIO</b> Fruit <b>BIO</b> de saison</p>

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 !





BIEN MANGER en restauration collective

C'est possible !

MENUS '4 SAISONS' | DU 31 MARS 2025 AU 13 AVRIL 2025

Menu Grabels - Déjeuner

Du 31 mars au 06 avr.

Du 07 avr. au 13 avr.

LUNDI

Radis et beurre  
Haricots rouges à la tomate  
Riz camarguais **BIO**  
Tomme de Lozère  
Compote de pommes **BIO**



VÉGÉTARIEN

Macédoine mayonnaise  
Omelette du chef  
Pommes paillassons  
Yaourt nature  
Fruit de saison



VÉGÉTARIEN

MARDI

Chou blanc **BIO** en salade  
Calamars à la romaine et citron  
Purée aux 3 légumes  
Flan vanille nappé caramel



Lentille **BIO** en salade  
Crique au cantal  
Haricots verts **BIO** persillés  
Camembert **BIO**  
Crème dessert **BIO** au chocolat



VÉGÉTARIEN

MERCREDI

Taboulé  
Rôti de porc à la moutarde\*  
Haricots beurre persillés  
Petit suisse **BIO** aromatisé  
Fruit de saison



Betteraves en salade  
Sauté de volaille au paprika  
Blé aux oignons  
Tomme des Pyrénées  
Fruit **BIO** de saison



JEUDI

Velouté de légumes **BIO**  
Tortellini **BIO** ricotta épinards sauce  
tomate + râpé  
Edam **BIO**  
Fruit **BIO** de saison



VÉGÉTARIEN

Salade de pâtes **BIO**  
Paupiette de veau au jus  
Gratin de brocolis  
Compote pommes pêche



VENDREDI

Salade verte **BIO**  
Sauté de Boeuf au jus  
Carottes fraîches persillées  
Eclair au chocolat



Oeuf **BIO** mayonnaise  
Filet de Colin sauce Armoricaïne  
Pommes vapeur  
Gâteau de Pâques du chef  
Oeufs de Pâques en chocolat



PAQUES

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 !

PRATIQUE JE ME REPÈRE DANS LE MENU



LOCAL



DU CHEF



LABELS (EGALIM)

SOUS RÉSERVE DE MODIFICATIONS \*

