



MENUS '4 SAISONS' DU 02 SEPTEMBRE 2024 AU 29 SEPTEMBRE 2024

Menu standard 5C Egalim - Déjeuner

Du 02 sept. au 08 sept.

Du 09 sept. au 15 sept.

Du 16 sept. au 22 sept.

Du 23 sept. au 29 sept.

LUNDI

Salade iceberg
Steak haché au jus
Frites et ketchup
Tartare ail et fines herbes
Crème dessert BIO
Sirop de menthe

Salade de perles
Filet de colin sauce citron
Ratatouille du chef
Yaourt nature **BIO**
Fruit BIO de saison

Taboulé **BIO** du chef
Emincé de volaille sauce curry
Gratin de brocolis **BIO**
Petit suisse aromatisé
Fruit de saison

Salade de blé à l'orientale
Quenelles **BIO** en Gratin
Epinards **BIO** et croûtons
Brie
Madeleine longues pur beurre "Mistral"

MARDI

Concombre à la ciboulette
Jambon blanc
Coquillettes **BIO**
Petit suisse aromatisé
Gâteau basque

Salade de tomates fraîches ciboulette
Omelette **BIO** du chef
Petits pois **BIO** au jus
Comté AOP
Compote pomme framboise

Salade de pâtes **BIO**
Filet de poisson meunière MSC sauce fromage blanc ciboulette
Carottes fraîches **BIO** vichy
Mimolette
Crème à la vanille

Pâté de foie
Moules sauce poulette
Frites
Fromage blanc **BIO** d'Adèle
Fruit de saison

MERCREDI

Salade de riz **BIO**
Filet de poisson sauce crème
Haricots verts **BIO** persillés
Pont L'Eveque AOP
Fruit de saison

Pastèque
Rôti de volaille à la moutarde à la moutarde fallot
Boulghour **BIO**
Camembert
Flan chocolat

Courgettes râpée et dès de tomates
Sauté de bœuf sauce paprika
Pommes boulangères
Tomme blanche
Fruit **BIO** de saison

Salade de tomates **BIO**
Cordon bleu
Lentilles mijotées aux oignons
Cantal AOP
Tarte aux poires du chef

JEUDI

Melon
Tajine de volaille aux 4 épices
Sémoule **BIO**
Cancoillotte nature IGP
Compote de pommes du chef

Carottes râpée **BIO** de la Légumerie de Dijon
Macaroni **BIO** à la carbonara
Emmental râpé
Clafoutis du chef aux fruits rouges

Salade de pomme de terre
Tarte à la tomate du chef
Salade verte (accompagnement)
Yaourt nature **BIO**
Compote de pomme pêche



Être rouge comme une tomate.

Salade de haricots blancs
Rôti de porc au romarin
Ratatouille du chef
Vache qui rit **BIO**
Compote pomme fraise

VENDREDI

Salade de pomme de terre **BIO**
Quenelles **BIO** sauce aurore
Poêlée de courgettes fraîches persillées
Emmental
Fruit de saison

Salade de blé
Paupiette de veau sauce forestière
Fondue de poireaux
Fromage blanc **BIO** d'Adèle
Fruit de saison

Salade coleslaw **BIO**
Chili con carne
Riz pour le chili
Tartare Cemoix
Gâteau du chef aux myrtilles

Betteraves **BIO** en salade
Sauté de bœuf bourguignon
Torti **BIO**
Milkshake de la Côte d'Or du chef
Fruit de saison

Recette anti-gaspillage

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



Ingrediénts :

- Epluchures de légumes
- Huile d'olive
- Epices de votre choix : paprika, curcuma, herbes, ...
- Sel

Préparation :

- Rincez les épluchures
- Ajoutez l'huile préalablement
- Ajouter un filet d'huile d'olive sur le tout
- Enfournez 15 mn à 200°C

PLUS QU'à VOUS RÉGALER !