



**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 Steack 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 dés 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 Semoule 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 <b>* être rouge comme une tomate *</b>	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 Cernois Gâteau du chef aux myrtilles	Betteraves BIO en salade Sauté de bœuf bourguignon Tort BIO Milkshake de la Côte d'Or du chef Fruit 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**

**Ingédients :**

- Épluchures de légumes
- Huile d'olive
- Épices de votre choix : paprika, cumin, herbes, sel.

**Préparation :**

- Rincer les épluchures
- Ajouter l'assaisonnement
- Ajouter un filet d'huile d'olive sur le tout
- Enfourner à 200°C

**PLUS QU'À VOUS RÉGALER !**

