

MENUS '4 SAISONS' | DU 9 FÉVRIER 2026 AU 22 FÉVRIER 2026 |

Centre Loisirs. s/viande - Déjeuner

Du 09 fevr. au 15 fevr.

Du 16 fevr. au 22 fevr.

LUNDI

Salade d'haricots beurre
Tajine de poisson
Sémoule **BIO**
Petit suisse **BIO** aromatisé
Fruits **BIO** de saison



Taboulé **BIO**
Calamars à la romaine
Carottes fraîches **BIO** persillées
Tartare nature
Fruit



MARDI

Salade verte **BIO**
Pané de blé fromage et épinards
Petits pois au jus
Emmental **BIO**
Beignet au chocolat



Salade Arlequin (carottes, salade verte, maïs)
Boulettes de blé façon thaï
Pommes campagnardes
Camembert **BIO**
Donuts
Ketchup (dosette)



MERCREDI

Coleslaw **BIO** du chef
Poisson pané
Lentilles au jus
Gouda
Crème au Praliné



Salade verte
Omelette **BIO** à la sauce tomate
Purée de pommes de terre
Yaourt nature **BIO**
Compote de pommes



JEUDI

Velouté d'épinards
Brandade de poisson du chef
Yaourt nature **BIO**
Fruit



Betteraves **BIO** en salade
Macaroni **BIO** à la bolognaise végétale **BIO**
Verchicors
Fruit



VENDREDI

Chou blanc **BIO** mayonnaise
Oeufs durs **BIO** piperade
Purée aux 3 légumes
Bûchette mélangée
Compote pomme framboise



Salade de pois chiches à l'italienne
Filet de poisson meunière
Haricots verts **BIO** persillés
Yaourt de la ferme du Chambon
Gâteau du chef au yaourt



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 :

- 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 !

