



## MENUS '4 SAISONS' | DU 6 JUILLET 2026 AU 2 AOÛT 2026 |

### Centre Loisirs. s/viande - Déjeuner

	Du 06 juil. au 12 juil.	Du 13 juil. au 19 juil.	Du 20 juil. au 26 juil.	Du 27 juil. au 02 août
LUNDI	Tomate à la croque Filet de poisson sauce paprika Riz <b>BIO</b> Yaourt nature Barre bretonne MEXICAIN	Melon Calamars à la romaine Petits pois au jus Camembert <b>BIO</b> Choux vanille	Salade de pâtes <b>BIO</b> Omelette Courgettes fraîches Basquaises Brie Fruit	Friand au fromage Omelette <b>BIO</b> Purée aux 3 légumes Yaourt aromatisé Fruit
MARDI	Pastèque Bâtonnets de surimi Salade de blé à l'orientale Vache qui rit <b>BIO</b> Flan chocolat Mayonnaise (dosette) REPAS FROID		Salade verte <b>BIO</b> Poisson pané Pommes noisettes Yaourt aromatisé Tarte au flan	Carottes râpées au citron Pois chiches et légumes couscous Semoule <b>BIO</b> Fromage fondu le carré Donuts AFRIQUE
MERCREDI	Tarte au fromage Omelette Carottes <b>BIO</b> à la crème <b>BIO</b> Petit suisse sucré Fruit	Salade iceberg Oeufs durs Pommes de terre en salade Petit moulé Ail et Fine Herbes Compote de Pommes <b>BIO</b> Mayonnaise (dosette) REPAS FROID	Betteraves <b>BIO</b> en salade Pavé fromager Blé à la tomate Vache picon Fruit	Concombre vinaigrette Thon mayonnaise Salade de riz du chef Camembert <b>BIO</b> Fruit Mayonnaise (dosette) REPAS FROID
JEUDI	Salade de pâtes <b>BIO</b> Boulettes de blé façon thaï Ratatouille du chef Cantal Fruit	Crêpe au fromage Lasagnes ricotta épinards Fromage blanc aromatisé Fruits <b>BIO</b> de saison	Tomate <b>BIO</b> à la croque Pizza au fromage Macédoine de légumes Fromage blanc (ferme du Chambon) Gâteau noix de coco du chef REPAS FROID	Melon Nuggets végétal Courgettes persillées <b>BIO</b> Petit moulé Ail et Fine Herbes Gâteau basque
VENDREDI	Taboulé Quenelles <b>BIO</b> sauce blanche Haricots verts <b>BIO</b> à l'ail Fromage blanc (ferme du Chambon) Gâteau du chef aux pépites de chocolat	Samoussa aux légumes Filet de poisson sauce aigre douce Riz cantonnais Yaourt nature <b>BIO</b> Rocher au coco ASIE	Pastèque Tortellini épinards sauce provençale Emmental <b>BIO</b> Flan vanille	Salade cajun (haricots rouges, maïs, tomates, poivrons et épices) Calamars à la romaine Epinards hachés à la crème Yaourt nature <b>BIO</b> Fruit

#### 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 !





## MENUS '4 SAISONS' | DU 3 AOÛT 2026 AU 30 AOÛT 2026 |

### Centre Loisirs. s/viande - Déjeuner

	Du 03 août au 09 août	Du 10 août au 16 août	Du 17 août au 23 août	Du 24 août au 30 août
LUNDI	Salade de choux fleur vinaigrette Curry de poisson à l'indienne Purée de pommes de terre <b>BIO</b> Petit Moulé Nature Fruit	Melon Filet de poisson sauce aigre douce à l'ananas Riz safrané <b>BIO</b> Yaourt nature <b>BIO</b> Choux vanille	Taboulé <b>BIO</b> Filet de poisson sauce estragon Chou fleur à la béchamel Tomme blanche Purée pomme fraise	Tomate à la croque Oeufs durs Pommes de terre en salade Petit suisse <b>BIO</b> aromatisé Compote pomme framboise Mayonnaise (dosette)
MARDI	Tomate à la croque Bolognaise végétale <b>BIO</b> Penne regate Yaourt nature <b>BIO</b> Compote pomme abricot	Salade de pâtes <b>BIO</b> Nuggets végétal Ratatouille du chef Cantal Fruit	Betteraves <b>BIO</b> en salade Lasagnes de légumes Yaourt nature Clafoutis du chef aux pommes	Crêpe au fromage Filet de colin sauce citron Epinards hachés <b>BIO</b> Gouda Fruit
MERCREDI	Accras de poisson Boulettes de blé façon thaï Poêlée multicolore Petit suisse <b>BIO</b> aromatisé Fruit	Salade verte fraîche Thon mayonnaise Pommes de terre en salade Petit suisse <b>BIO</b> aromatisé Barre bretonne	Pastèque Oeufs durs Salade de lentilles Petit Moulé Nature Flan chocolat Mayonnaise (dosette)	Taboulé <b>BIO</b> Filet de poisson meunière Choux fleurs persillés Brie Flan vanille
JEUDI	Salade de perles Pané de blé fromage et épinards Haricots beurre persillés Chanteneige <b>BIO</b> Gâteau du chef framboise et speculoos	Macédoine Mayonnaise Tortellini aux épinards Emmental <b>BIO</b> Fruit	Tarte au fromage Calamars à la romaine Haricots verts <b>BIO</b> persillés Camembert Fruit	Concombre vinaigrette Macaronis à la carbonara végétale <b>BIO</b> Vache picon Compote pomme abricot
VENREDI	Taboulé <b>BIO</b> Pizza au fromage Salade verte (accompagnement) Bûche du pilat Crème au caramel	Pastèque Galette végétale tomate mozzarella Duo de haricots beurre et verts Yaourt nature Dessert de Noël	Salade iceberg Pavé fromager Frites Petit suisse <b>BIO</b> aromatisé Donuts Ketchup (dosette)	Salade d'haricots beurre Chili sin carne Riz <b>BIO</b> Yaourt aromatisé Fruit

#### 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



SOUS RÉSERVE DE MODIFICATIONS