



Vacances de Pâques



C 2 / S 14

Semaine du

3 avril

au

7 avril 2023

<b>Menu végétarien</b> 		Protéine	 <b>Menu Kids</b>	<b>MARDI</b> 04/04/2023 Curry de pois chiches Haricots verts Boulgour		 <b>MERCREDI</b> 05/04/2023 Dés de seitan au coulis de carotte Purée de carottes Pâtes tricolores		<b>JEUDI</b> 06/04/2023 Croque monsieur tomate, pesto et mozzarella * *		<b>VENDREDI</b> 07/04/2023 Dés d'omelette Wok de légumes Nouilles chinoises	
		Légume									
<b>Menu s/viande</b> 		Protéine	 <b>Menu Kids</b>	<b>MARDI</b> 04/04/2023 Curry de pois chiches Haricots verts Boulgour		 <b>MERCREDI</b> 05/04/2023 Dés de seitan au coulis de carotte Purée de carottes Pâtes tricolores		<b>JEUDI</b> 06/04/2023 Croque monsieur tomate, pesto et mozzarella * *		<b>VENDREDI</b> 07/04/2023 Scampis sauce aigre-douce Wok de légumes Nouilles chinoises	
		Légume									



Vacances de Pâques



C 2 / S 15

Semaine du

10 avril

au

14 avril 2023

<b>Menu végétarien</b> 		Protéine	 <b>Happy Easter!</b>	<b>MARDI</b> 11/04/2023 Tagliatelles à la féta et brocolis * *		<b>MERCREDI</b> 12/04/2023 Frittata aux pommes de terre et oignons Petits pois *		<b>JEUDI</b> 13/04/2023 Escalope de légumes maison sauce normande Epinards Grains de blé		<b>VENDREDI</b> 14/04/2023 Parmentier aux lentilles, champignons et carottes * *	
		Légume									
<b>Menu s/viande</b> 		Protéine	 <b>Happy Easter!</b>	<b>MARDI</b> 11/04/2023 Tagliatelles au saumon fumé et brocolis * *		<b>MERCREDI</b> 12/04/2023 Frittata aux pommes de terre et oignons Petits pois *		<b>JEUDI</b> 13/04/2023 Escalope de légumes maison sauce normande Epinards Grains de blé		<b>VENDREDI</b> 14/04/2023 Parmentier aux lentilles, champignons et carottes * *	
		Légume									



C 2 / S 16

Semaine du 17 avril au 21 avril 2023

		LUNDI 17/04/2023	MARDI 18/04/2023	MERCREDI 19/04/2023	JEUDI 20/04/2023	VENDREDI 21/04/2023
<b>Menu végétarien</b> 	Protéine	Omelette aux pâtes	Gratin de légumes	Nuggets de tofu au four	Salade d'haricots rouges, feta, olives, carottes râpées, penne	Falafels sauce tomate
	Légume	Chou romanesco	*	Haricots mange tout	*	Brocolis
	Féculent	*	Pommes de terre nature	Riz	*	Potatoes au four
<b>Menu s/viande</b> 	Protéine	Omelette aux pâtes	Gratin de légumes	Poisson pané au four	Salade d'haricots rouges, feta, olives, carottes râpées, penne	Falafels sauce tomate
	Légume	Chou romanesco	*	Haricots mange tout	*	Brocolis
	Féculent	*	Pommes de terre nature	Riz	*	Potatoes au four

C 2 / S 17

Semaine du 24 avril au 28 avril 2023

		LUNDI 24/04/2023	MARDI 25/04/2023	MERCREDI 26/04/2023	JEUDI 27/04/2023	VENDREDI 28/04/2023
<b>Menu végétarien</b> 	Protéine	Courgette farcie aux petits légumes et pois chiches	Halloumi grillé au paprika	Galettes de légumes sauce tomate	Parmentier aux lentilles corail	 <b>Menu Eco-responsable</b> 
	Légume	*	Flan de légumes	Champignons	Salade verte	
	Féculent	Riz basmati	Pâtes	Polenta	*	
<b>Menu s/viande</b> 	Protéine	Courgette farcie aux petits légumes et pois chiches	Halloumi grillé au paprika	Galettes de légumes sauce tomate	Parmentier de poisson	
	Légume	*	Flan de légumes	Champignons	Salade verte	
	Féculent	Riz basmati	Pâtes	Polenta	*	

C 2 / S 18

Semaine du 1 mai au 5 mai 2023

		LUNDI 01/05/2023	MARDI 02/05/2023	MERCREDI 03/05/2023	JEUDI 04/05/2023	VENDREDI 05/05/2023
<b>Menu végétarien</b> 	Protéine		Rajma masala (haricots rouges aux épices)	Spaghetti sauce napolitaine et fromage râpé	<b>Menu Kids</b> 	Omelette farcie à la tapenade, féta et pignons de pin
	Légume		Courgettes	Crudités		Haricots verts
<b>Menu s/viande</b> 	Féculent	Riz complet	*	Poisson grillé à la tapenade		
	Protéine	Rajma masala (haricots rouges aux épices)	Spaghetti sauce napolitaine et fromage râpé	Haricots verts		
	Légume	Courgettes	Crudités	Quinoa		
	Féculent	Riz complet	*	Quinoa		

C 2 / S 19

Semaine du 8 mai au 12 mai 2023

		LUNDI 08/05/2023	MARDI 09/05/2023	MERCREDI 10/05/2023	JEUDI 11/05/2023	VENDREDI 12/05/2023
<b>Menu végétarien</b> 	Protéine	Couscous végétarien aux pois chiches		Tofu mariné aux herbes	Cordon bleu falafel, cheddar et tomates confites	Loubia (potée de haricots blancs)
	Légume	Légumes couscous		Haricots beurre	Salade verte	Carottes
<b>Menu s/viande</b> 	Féculent	Semoule	Pommes de terre nature	Pâtes complètes	Riz blanc	
	Protéine	Couscous végétarien aux pois chiches	Saumon sauce fromage blanc aux herbes	Cordon bleu falafel, cheddar et tomates confites	Loubia (potée de haricots blancs)	
	Légume	Légumes couscous	Haricots beurre	Salade verte	Carottes	
	Féculent	Semoule	Pommes de terre nature	Pâtes complètes	Riz blanc	

C 2 / S 20

Semaine du 15 mai au 19 mai 2023

		LUNDI 15/05/2023	MARDI 16/05/2023	MERCREDI 17/05/2023	JEUDI 18/05/2023	VENDREDI 19/05/2023
<b>Menu végétarien</b> 	Protéine	Œuf cocotte	Tofu nature, épices maison	Galette de légumes aux haricots rouges		Bouchée à la reine aux champignons
	Légume	Epinards	Fondue de poireaux	Laitue		Petits pois
<b>Menu s/viande</b> 	Féculent	Purée de patate douce	Riz au curcuma	Quinoa	Frites	Bouchée à la reine aux champignons
	Protéine	Œuf cocotte	Poisson au four	Galette de légumes aux haricots rouges		Petits pois
Légume	Epinards	Fondue de poireaux	Laitue	Quinoa		Frites
Féculent	Purée de patate douce	Riz au curcuma				Frites

C 2 / S 21

Semaine du 22 mai au 26 mai 2023

		LUNDI 22/05/2023	MARDI 23/05/2023	MERCREDI 24/05/2023	JEUDI 25/05/2023	VENDREDI 26/05/2023
<b>Menu végétarien</b> 	Protéine	Pois chiches sauce au thym	Tofu laqué	"Compose ton wrap" (wrap, dés de tofu tomate basilic, crudités, fromage frais)	Œuf dur sauce béchamel	
	Légume	Ratatouille	Champignons de Paris	*	Julienne de légumes	
<b>Menu s/viande</b> 	Féculent	Couscous	Riz basmati	*	Grains de blé	
	Protéine	Pois chiches sauce au thym	Tofu laqué	"Compose ton wrap" (wrap, dés de tofu tomate basilic, crudités, fromage frais)	Poisson blanc grillé	
Légume	Ratatouille	Champignons de Paris	Laitue	Julienne de légumes		<b>Menu Eco-responsible</b>
Féculent	Couscous	Riz basmati		Grains de blé		

**Vacances de Pentecôte**

C 2 / S 22

Semaine du **29 mai** au **2 juin 2023**

		LUNDI 29/05/2023	MARDI 30/05/2023	MERCREDI 31/05/2023	JEUDI 01/06/2023	VENDREDI 02/06/2023
<b>Menu végétarien</b> 	Protéine		Omelette	Dés de seitan au coulis de carotte	Pizza baguette végétarienne	Curry de haricots rouges aux poireaux
	Légume		Haricots verts	Purée de céleri	*	*
Féculent	Boulgour		Pâtes tricolores	*	Riz au curcuma	
<b>Menu s/viande</b> 	Protéine		Omelette	Dés de seitan au coulis de carotte	Pizza baguette végétarienne	Poisson au four
	Légume		Haricots verts	Purée de céleri	*	Fondue de poireaux
Féculent	Boulgour		Pâtes tricolores	*	Riz au curcuma	

C 2 / S 23

Semaine du **5 juin** au **9 juin 2023**

		LUNDI 05/06/2023	MARDI 06/06/2023	MERCREDI 07/06/2023	JEUDI 08/06/2023	VENDREDI 09/06/2023
<b>Menu végétarien</b> 	Protéine	Tofu à la citronnelle	Tagliatelles à la féta et tomate	Frittata aux pommes de terre et oignons	Escalope de légumes maison sauce basquaise	Chou-fleur et haricots rouges sautés
	Légume	Poêlée de légumes asiatiques	Julienne de légumes	Petits pois	Epinards	*
Féculent	Riz	*	*	Grains de blé	Pommes de terre en robe des champs	
<b>Menu s/viande</b> 	Protéine	Tofu à la citronnelle	Tagliatelles aux moules	Frittata aux pommes de terre et oignons	Escalope de légumes maison sauce basquaise	Chou-fleur et haricots rouges sautés
	Légume	Poêlée de légumes asiatiques	Julienne de légumes	Petits pois	Epinards	*
Féculent	Riz	*	*	Grains de blé	Pommes de terre en robe des champs	



Menu 100% Bio



Menu Eco-responsable



Menu Kids

C 2 / S 24

Semaine du 12 juin au 16 juin 2023

		LUNDI 12/06/2023	 MARDI 13/06/2023	MERCREDI 14/06/2023	JEUDI 15/06/2023	 VENDREDI 16/06/2023
<b>Menu végétarien</b> 	Protéine	Omelette aux pâtes	Gratin de légumes	Nuggets de tofu au four	Salade de lentilles vertes, feta, olives, carottes râpées, blé	<b>Menu Kids</b> 
	Légume	Chou romanesco	*	Haricots mange tout	*	
Féculent	Pommes de terre rôties	Pâtes	Riz	*		
<b>Menu s/viande</b> 	Protéine	Omelette aux pâtes	Gratin de légumes	Poisson pané au four	Salade de lentilles vertes, feta, olives, carottes râpées, blé	
	Légume	Chou romanesco	*	Haricots mange tout	*	
	Féculent	Pommes de terre rôties	Pâtes	Riz	*	

C 2 / S 25

Semaine du 19 juin au 23 juin 2023

		LUNDI 19/06/2023	MARDI 20/06/2023	MERCREDI 21/06/2023	JEUDI 22/06/2023	VENDREDI 23/06/2023
<b>Menu végétarien</b> 	Protéine	Risotto verde aux pois chiches et légumes de saison	Halloumi grillé au paprika	Galettes de légumes sauce tomate	Parmentier aux lentilles corail	
	Légume	*	Flan de légumes	Champignons	Salade verte	
Féculent	*	Pâtes	Polenta	*		
<b>Menu s/viande</b> 	Protéine	Risotto verde aux pois chiches et légumes de saison	Halloumi grillé au paprika	Galettes de légumes sauce tomate	Parmentier de poisson	
	Légume	*	Flan de légumes	Champignons	Salade verte	
	Féculent	*	Pâtes	Polenta	*	

C 2 / S 26

Semaine du 26 juin au 30 juin 2023



		LUNDI 26/06/2023	MARDI 27/06/2023	MERCREDI 28/06/2023	JEUDI 29/06/2023	VENREDI 30/06/2023
<b>Menu végétarien</b> 	<b>Protéine</b>	Potée de tofu fumé et gaardebounen	Rajma masala (haricots rouges aux épices)	Spaghetti sauce napolitaine et fromage râpé	Tempeh caramélisé aux oignons	<b>Menu Eco-responsable</b> 
	<b>Légume</b>	*	Courgettes	Crudités	Petits pois et carottes	
<b>Féculent</b>	Pommes vapeur	Riz complet	*	Gratin dauphinois		
<b>Menu s/viande</b> 	<b>Protéine</b>	Potée de tofu fumé et gaardebounen	Rajma masala (haricots rouges aux épices)	Spaghetti sauce napolitaine et fromage râpé	Tempeh caramélisé aux oignons	
	<b>Légume</b>	*	Courgettes	Crudités	Petits pois et carottes	
<b>Féculent</b>	Pommes vapeur	Riz complet	*	Gratin dauphinois		

