

C 2 / S 14



Vacances de Pâques



Semaine du

3 avril

au

7 avril 2023

		LUNDI 03/04/2023	MARDI 04/04/2023	MERCREDI 05/04/2023	JEUDI 06/04/2023	VENDREDI 07/04/2023
Menu végétarien	Protéine Légume Féculent	 Menu Kids	Curry de pois chiches Haricots verts Grains de blé	Dés de seitan au coulis de carotte Purée de céleri Farfalles	Croque monsieur à la tomate Croque monsieur au fromage (sauce au pesto à part) *	Dés d'omelette Wok de légumes Riz blanc
Menu s/viande	Protéine Légume Féculent		Curry de pois chiches Haricots verts Grains de blé	Dés de seitan au coulis de carotte Purée de céleri Farfalles	Croque monsieur à la tomate Croque monsieur au fromage (sauce au pesto à part) *	Scampis sauce aigre-douce Wok de légumes Riz blanc



Vacances de Pâques



Semaine du

10 avril

au

14 avril 2023

C 2 / S 15

		LUNDI 10/04/2023	MARDI 11/04/2023	MERCREDI 12/04/2023	JEUDI 13/04/2023	VENDREDI 14/04/2023
Menu végétarien	Protéine Légume Féculent	 Happy Easter!	Tagliatelles à la féta et brocolis * *	Frittata aux pommes de terre et oignons Petits pois *	Escalope de légumes maison sauce tomate Epinards Semoule couscous	Potée de haricots blancs Duo de champignons et carottes Purée de pommes de terre
Menu s/viande	Protéine Légume Féculent		Tagliatelles au saumon fumé et brocolis * *	Frittata aux pommes de terre et oignons Petits pois *	Escalope de légumes maison sauce tomate Epinards Semoule couscous	Potée de haricots blancs Duo de champignons et carottes Purée de pommes de terre



Menu 100% Bio



Menu Eco-responsable



Menu Kids



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
Menu végétarien 	Protéine	Omelette aux pâtes	Gratin de légumes	Nuggets de tofu au four	Salade d'haricots rouges, feta, olives, carottes râpées, pennas	Falafels sauce tomate
	Légume	Brocolis	*	Haricots mange tout	*	Chou-fleur persillé
Menu s/viande 	Féculent	*	Pommes de terre nature	Riz	*	Potatoes au four
	Protéine	Omelette aux pâtes	Gratin de légumes	Poisson pané au four	Salade d'haricots rouges, feta, olives, carottes râpées, pennas	Falafels sauce tomate
	Légume	Brocolis	*	Haricots mange tout	*	Chou-fleur persillé
	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
Menu végétarien 	Protéine	Curry de pois chiches à la coriandre et chutney de manque	Halloumi grillé au paprika	Galettes de légumes sauce tomate	Filet de quorn sauce rémovalade légère	Menu Eco- responsable 
	Légume	*	Flan de carottes	Champignons	Salade verte	
Menu s/viande 	Féculent	Riz basmati	Pâtes	Purée de pommes de terre	Boulgour	
	Protéine	Curry de pois chiches à la coriandre et chutney de manque	Halloumi grillé au paprika	Galettes de légumes sauce tomate	Filet de poisson sauce rémovalade légère	
	Légume	*	Flan de carottes	Champignons	Salade verte	
	Féculent	Riz basmati	Pâtes	Purée de pommes de terre	Boulgour	



Menu 100% Bio



Menu Eco-responsable



Menu Kids

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
Menu végétarien 	Protéine		Rajma masala (haricots rouges aux épices)	Spaghetti sauce napolitaine et fromage râpé	Menu Kids 	Omelette farcie à la tapenade, fêta et pignons de pin
	Légume		Courgettes	Crudités		Haricots verts
Menu s/viande 	Féculent		Riz complet	*		Quinoa
	Protéine		Rajma masala (haricots rouges aux épices)	Spaghetti sauce napolitaine et fromage râpé		Poisson grillé à la tapenade
	Légume		Courgettes	Crudités		Haricots verts
	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
Menu végétarien 	Protéine	Couscous végétarien aux pois chiches et jus tomate		Tofu mariné aux herbes	Cordon bleu falafel, cheddar et tomates confites, sauce aux champignons	Loubia (potée de haricots blancs)
	Légume	Légumes couscous		Haricots beurre	Salade verte	Carottes
Menu s/viande 	Féculent	Semoule		Grains de blé	Pâtes complètes	Riz blanc
	Protéine	Couscous végétarien aux pois chiches et jus tomate		Saumon sauce fromage blanc aux herbes	Cordon bleu falafel, cheddar et tomates confites, sauce aux champignons	Loubia (potée de haricots blancs)
	Légume	Légumes couscous		Haricots beurre	Salade verte	Carottes
	Féculent	Semoule		Grains de blé	Pâtes complètes	Riz blanc



Menu 100% Bio



Menu Eco-responsable



Menu Kids



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
Menu végétarien 	Protéine	Galettes de légumes aux haricots rouges	Tofu nature, épices maison	Œuf cocotte		Bouchée à la reine aux champignons
	Légume	Laitue	Brocolis	Haricots verts		Petits pois
Menu s/viande 	Féculent	Quinoa	Semoule	Purée de patate douce		Frites
	Protéine	Galettes de légumes aux haricots rouges	Poisson au four	Œuf cocotte		Bouchée à la reine aux champignons
	Légume	Laitue	Brocolis	Haricots verts		Petits pois
	Féculent	Quinoa	Semoule	Purée de patate douce		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
Menu végétarien 	Protéine	Pois chiches sauce au thym	Tofu laqué	"Compose ton wrap" (wrap, falafels de lentilles corail, crudités, fromage frais, sauce au yaourt)	Œuf dur sauce béchamel	
	Légume	Tomates marinées au four	Champignons de Paris	*	Petits pois et carottes	
Menu s/viande 	Féculent	Couscous	Riz basmati		Pâtes	
	Protéine	Pois chiches sauce au thym	Tofu laqué	"Compose ton wrap" (wrap, falafels de lentilles corail, crudités, fromage frais, sauce au yaourt)	Poisson blanc grillé sauce au pesto	
	Légume	Tomates marinées au four	Champignons de Paris	*	Petits pois et carottes	
	Féculent	Couscous	Riz basmati		Pâtes	



Menu 100% Bio



Menu Eco-responsable



Menu Kids

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
Menu végétarien 	Protéine		Omelette	Dés de seitan au coulis de carotte	Croque monsieur à la tomate Croque monsieur au fromage	Curry de haricots rouges aux poireaux
	Légume		Haricots verts	Purée de céleri	(sauce au pesto à part)	*
Menu s/viande 	Protéine		Omelette	Dés de seitan au coulis de carotte	Croque monsieur à la tomate Croque monsieur au fromage	Poisson au four
	Légume		Haricots verts	Purée de céleri	(sauce au pesto à part)	Fondue de poireaux
			Grains de blé	Farfalles	*	Riz blanc

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
Menu végétarien 	Protéine	Tofu à la citronnelle	Tagliatelles à la féta et brocolis	Frittata aux pommes de terre et oignons	Escalope de légumes maison sauce tomate	Potée de haricots blancs
	Légume	Poêlée de légumes asiatiques	*	Petits pois	Epinards	Duo de champignons et carottes
Menu s/viande 	Protéine	Tofu à la citronnelle	Tagliatelles au saumon fumé et brocolis	Frittata aux pommes de terre et oignons	Escalope de légumes maison sauce tomate	Potée de haricots blancs
	Légume	Poêlée de légumes asiatiques	*	Petits pois	Epinards	Duo de champignons et carottes
		Riz	*	*	Semoule couscous	Purée de pommes de terre



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
Menu végétarien 	Protéine	Omelette aux pâtes	 MARDI 13/06/2023	Nuggets de tofu au four	Salade de lentilles vertes, feta, olives, carottes râpées, blé	Menu Kids 
	Légume	Brocolis		Haricots mange tout	*	
Menu s/viande 	Féculent	*	Pommes de terre nature	Riz	*	
	Protéine	Omelette aux pâtes	Gratin de légumes	Poisson pané au four	Salade de lentilles vertes, feta, olives, carottes râpées, blé	
	Légume	Brocolis	*	Haricots mange tout	*	
	Féculent	*	Pommes de terre nature	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
Menu végétarien 	Protéine	Curry de pois chiches à la coriandre et chutney de manque	Halloumi grillé au paprika	Galettes de légumes sauce tomate	Filet de quorn sauce rémoulade légère	
	Légume	*	Flan de carottes	Champignons	Salade verte	
Menu s/viande 	Féculent	Riz basmati	Pâtes	Purée de pommes de terre	Boulgour	
	Protéine	Curry de pois chiches à la coriandre et chutney de manque	Halloumi grillé au paprika	Galettes de légumes sauce tomate	Filet de poisson sauce rémoulade légère	
	Légume	*	Flan de carottes	Champignons	Salade verte	
	Féculent	Riz basmati	Pâtes	Purée de pommes de terre	Boulgour	



Menu 100% Bio



Menu Eco-responsable



Menu Kids

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
Menu végétarien 	Protéine	Potée de tofu fumé et gaardebounen	Rajma masala (haricots rouges aux épices)	Spaghetti sauce napolitaine et fromage râpé	Tempeh caramélisé aux oignons	Menu Eco-responsable 
	Légume	Gaardebounen	Courgettes	Crudités	Petits pois et carottes	
Menu s/viande 	Féculent	Pommes vapeur	Riz complet	*	Gratin dauphinois	
	Protéine	Potée de tofu fumé et gaardebounen	Rajma masala (haricots rouges aux épices)	Spaghetti sauce napolitaine et fromage râpé	Tempeh caramélisé aux oignons	
	Légume	Gaardebounen	Courgettes	Crudités	Petits pois et carottes	
	Féculent	Pommes vapeur	Riz complet	*	Gratin dauphinois	



Menu 100% Bio



Menu Eco-responsable



Menu Kids