

MENUS '4 SAISONS' | DU 1 SEPTEMBRE 2025 AU 28 SEPTEMBRE 2025 |

Vernaison s/viande - Déjeuner

Du 01 sept. au 07 sept.

Du 08 sept. au 14 sept.

Du 15 sept. au 21 sept.

Du 22 sept. au 28 sept.

LUNDI

Poisson pané
Pommes noisettes
Tartare ail et fines herbes
Compote de pommes **BIO**
Ketchup (dosette)

RENTREE

Carottes râpées **BIO**
Filet de lieu sauce citron
Purée de pommes de terre
Yaourt de la ferme du Chambon

Taboulé **BIO** du chef
Nuggets végétal
Brocolis à la béchamel
Flan vanille nappé caramel

Betteraves **BIO** en salade
Filet de lieu sauce ciboulette
Pommes vapeur
Fromage blanc sucré

MARDI

Concombre vinaigrette
Tajine de poisson
Semoule **BIO** safranée
Crème à la vanille

Salade de perles
Croq veggie à la tomate
Ratatouille du chef
Purée de pommes abricots **BIO**

Salade de pommes de terre
Filet de poisson meunière
Poêlée de courgettes fraîches persillées
Fruits **BIO** de saison

Quenelles **BIO** sauce blanche
Epinards hachés à la crème
Cantal AOP
Purée pomme fraise

MERCREDI

Galette végétale tomate mozzarella
Haricots verts **BIO** à l'ail
Cantal AOP
Clafoutis aux abricots du chef

Melon vert
Filet de colin sauce crème
Haricots blancs à la tomate
Petite tomme **BIO** du Trièves

Salade de haricots verts
Filet de poisson sauce julienne
Torti **BIO**
Yaourt nature **BIO** Local (vrac)

Moules à la crème
Pommes noisettes
Vache qui rit **BIO**
Raisin

JEUDI

Pastèque
Carbonara végétale **BIO**
Coquillettes **BIO**
Yaourt nature

Tortellini épinards sauce provençale
Saint nectaire AOP
Fruit de saison

Parmentier végétal
Saint paulin **BIO**
Raisin

Salade de haricots blancs
Poisson pané
Ratatouille du chef
Fruits **BIO** de saison

VENDREDI

Tarte chèvre tomate fraîche
Poêlée de courgettes fraîches persillées
Emmental **BIO**
Fruit de saison

Calamars à la romaine
Petits pois au jus
Yaourt **BIO** à la vanille
Gâteau noix de coco du chef

Pico de gallo (tomates, oignons, coriande, citron)
Chili sin carne
Riz **BIO**
Le pastel de tres leche

FÊTE DES MONTGOLFIERES

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 :

- Épluchures de légumes
- Huile d'olive
- Épices 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

MENUS '4 SAISONS' | DU 29 SEPTEMBRE 2025 AU 19 OCTOBRE 2025 |

Vernaison s/viande - Déjeuner

Du 29 sept. au 05 oct.

Du 06 oct. au 12 oct.

Du 13 oct. au 19 oct.

LUNDI

Salade iceberg
Pavé fromager
Lentilles au jus
Crème caramel (Ferme du Chambon)



Taboulé **BIO** du chef
Filet de colin sauce safranée
Petits pois au jus
Petit suisse aromatisé



Carottes râpées et son aliment mystère
Curry de poisson à l'indienne
Purée de patate douce
Compote incognipots HVE



SEMAINE DU GOÛT

MARDI

Salade de pommes de terre
Filet de colin sauce curry
Carottes **BIO** persillées
Fruit de saison



Quenelles **BIO** à la sauce tomate
Riz aux petits légumes
Edam
Compote pomme abricot



Salade de lentilles et son aliment mystère
Tortillas pomme de terre et oignons
Choux fleurs persillés
Fromage blanc **BIO**



SEMAINE DU GOÛT

MERCREDI

Filet de poisson meunière
Brocolis à la béchamel
Fromage blanc (ferme du Chambon)
Brownies du chef



Pois chiches et légumes couscous
Semoule **BIO**
Bûche du pilat
Fruit de saison



Pizza au fromage
Riz **BIO** à la tomate
Fromage mystère
Compote de pommes du chef et son aliment mystère



SEMAINE DU GOÛT

JEUDI

Velouté de potiron du chef
Macaronis à la carbonara végétale **BIO**
Yaourt nature



Filet de lieu sauce citron
Gratin de courgettes fraîches **BIO**
Fromage blanc sucré
Tarte au flan



Filet de poisson sauce corail
Poêlée de légumes **BIO**
Yaourt mystère
Gâteau chocolat et son aliment mystère



SEMAINE DU GOÛT

VENREDI

Cube de poisson sauce basquaise
Riz **BIO**
Bûchette mélangée
Compote pommes cassis



Velouté de légumes du chef
Lasagnes de légumes
Fruits **BIO** de saison



Potage de légumes et son aliment mystère
Gratin de pâtes béchamel mystère du chef
Flan vanille



SEMAINE DU GOÛT

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 :

- Épluchures de légumes
- Huile d'olive
- Épices 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