

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

Vernaison - 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)



Carottes râpées **BIO**
Paupiette de veau au jus
Purée de pommes de terre
Yaourt de la ferme du Chambon



Taboulé **BIO** du chef
Cordon bleu
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 poulet au citron (français)
Sémoule **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

Chickenwings
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
Sauté de bœuf au jus
Torti **BIO**
Yaourt nature **BIO** Local (vrac)



Nugget's de volaille
Pommes noisettes
Vache qui rit **BIO**
Raisin



JEUDI

Pastèque
Saucisse de Toulouse *
Coquillettes **BIO**
Yaourt nature



Penne à la carbonara
Saint nectaire AOP
Fruit de saison



Parmentier végétal
Saint paulin **BIO**
Raisin



Salade de haricots blancs
Rôti de porc aux herbes
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, coriandre, citron)
La mole poblano (volaille en sauce)
Riz **BIO**
Le pastel de tres leche



Sauté de bœuf sauce paprika
Jardinière de légumes
Yaourt aromatisé
Gâteau du chef aux pépites de chocolat



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
- Entourer 15 min à 200°C

PLUS QU'À VOUS RÉGALER !



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

Vernaison - Déjeuner

Du 29 sept. au 05 oct.

Du 06 oct. au 12 oct.

Du 13 oct. au 19 oct.

LUNDI

Salade iceberg
Paupiette de veau à la moutarde
Lentilles au jus
Crème caramel (Ferme du Chambon)

Taboulé BIO du chef
Rôti de volaille au romarin
Petits pois au jus
Petit suisse aromatisé

Carottes râpées et son aliment mystère
Sauté de bœuf sauce indienne
Purée de patate douce
Compote incognipots HVE

SEMAINE DU GOÛT

MARDI

Salade de pommes de terre
Sauté de volaille au 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
Boulette d'agneau et son aliment mystère
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

Boulettes de boeuf à la provençale
Semoule BIO
Bûche du pilat
Fruit de saison

Rôti de porc aux herbes
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

VENDREDI

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

Velouté de légumes du chef
Lasagnes bolognaise
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



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
- Entourner 15 min à 200°C

PLUS QU'À VOUS RÉGALER !

