

MENUS '4 SAISONS' | DU 23 FÉVRIER 2026 AU 22 MARS 2026 |

Vernaison s/porc - Déjeuner

Du 23 févr. au 01 mars

Du 02 mars au 08 mars

Du 09 mars au 15 mars

Du 16 mars au 22 mars

LUNDI

Taboulé **BIO**
Roulé au fromage
Haricots verts persillés
Fruit

Salade de pommes de terre
Sauté de boeuf aux oignons
Carottes fraîches **BIO** persillées
Compote pomme framboise

Hachis de lentilles HVE et patate douce
Carré du Trièves **BIO**
Fruit

Emincé de volaille à la crème
Pommes noisettes
Cantal AOP
Compote de Pommes **BIO**

MARDI

Colombo de volaille française
Pommes campagnardes
Camembert **BIO**
Compote de Pommes **BIO**

Salade iceberg
Calamars à la romaine
Petits pois au jus
Yaourt nature **BIO**

Filet de colin sauce oseille
Purée de céleri
Emmental **BIO**
Beignet aux pommes

Salade de riz **BIO**
Filet de poisson meunière
Chou fleur **BIO** béchamel
Petit suisse **BIO** aromatisé

MERCREDI

Boulettes de boeuf sauce tomate
Torti **BIO**
Petit Moulé Nature
Fruit

Raviolis au saumon à la sauce tomate
Cantal AOP
Gâteau du chef au yaourt

Salade de blé à l'orientale
Paupiette de veau au jus
Brocolis persillés
Yaourt nature **BIO** Local (vrac)

Taboulé **BIO**
Croc veggie à la tomate
Ratatouille
Crème onctueuse au chocolat

JEUDI

Filet de poisson sauce corail
Purée de courges
Yaourt aromatisé banane (ferme Désiris)
Gâteau du chef framboise et speculoos

Salade de pâtes **BIO**
Quenelles sauce blanche
Poireaux frais et Pommes de terre
béchamel
Flan vanille

Kjottkaker (boulettes de viandes) sauce aux
airelles
Pommes vapeur
Fromage blanc sucré
Gâteau à la rhubarbe et aux amandes

Feuilleté au chèvre
Purée de carottes
Yaourt nature **BIO**
Barre bretonne

RETOUR DU SOLEIL

VENDREDI

Salade Mexicaine (haricots blanc et
rouges, maïs)
Emincé de volaille (français) à la mexicaine
Riz **BIO**
Crème vanille ferme du Chambon (vrac)

Pois chiches et légumes couscous
Semoule **BIO**
Fourme d'Ambert AOP
Fruit

Pizza fraîche au fromage
Filet de colin sauce citron
Epinards hachés **BIO**
Fruit

Potage parmentier
Gratin savoyard coquillettes **BIO** et
poireaux
Fruits **BIO** de saison

TEX MEX

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 :

- Épluchures 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

MENUS '4 SAISONS' | DU 23 MARS 2026 AU 5 AVRIL 2026 |

Vernaison s/porc - Déjeuner

Du 23 mars au 29 mars

Du 30 mars au 05 avr.

LUNDI

Salade de pomme de terre **BIO**
Paupiette de veau sauce forestière
Poêlée bretonne (brocolis, choux fleurs)
Yaourt nature **BIO**



Taboulé **BIO**
Quenelles **BIO** sauce blanche
Epinards hachés **BIO**
Fruits **BIO** de saison



MARDI

Betteraves **BIO** en salade
Crèmeux de lentilles HVE et patate douce
au cheddar fondant
Crème caramel (Ferme du Chambon)



Accras de poisson
Haricots verts **BIO** à l'ail
Yaourt nature
Donuts



MERCREDI

Escalope viennoise
Farfalles à la tomate
Gouda
Fruits **BIO** de saison



Salade de pois chiches à l'italienne
Sauté de bœuf façon bourguignon
Carottes fraîches **BIO** persillées
Flan vanille nappé caramel



JEUDI

Poulet sauce paëlla
Riz **BIO**
Verchicors **BIO**
Compote pomme abricot



Boulettes d'agneau sauce tomate
Flageolets au jus
Fromage blanc (ferme du Chambon)
Gâteau de Pâques du chef
Oeufs de Pâques en chocolat



PAQUES

VENDREDI

Carottes râpées fraîches
Moules à la crème
Pommes noisettes
Gâteau du chef à la fleur d'oranger



Emincé de pois sauce curry
Penne regate
Carré du Trièves **BIO**
Ananas frais



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 :

- Épluchures 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 !

