



## MENUS '4 SAISONS' | DU 5 JANVIER 2026 AU 1 FÉVRIER 2026 |

### Saint André le Gaz s/porc - Déjeuner

Du 05 janv. au 11 janv.

Du 12 janv. au 18 janv.

Du 19 janv. au 25 janv.

Du 26 janv. au 01 févr.

LUNDI

Pamplemousse rose  
 Radis nature  
 Lasagnes au saumon  
 Chanteneige **BIO**  
 Compote de pommes HVE  
 Beurre



Carottes râpées fraîches à l'orange  
 Céleri râpé frais **BIO** rémoulade  
 Ravioli ricotta épinards **BIO** sauce tomate  
 Emmental **BIO**  
 Fruit



Salade de haricots verts **BIO**  
 Terrine de légumes  
 Nugget's de volaille  
 Lentilles au jus  
 Saint nectaire AOP  
 Flan chocolat



Salade de lentilles **BIO** aux épices  
 Salade de pommes de terre  
 Filet de lieu sauce ciboulette  
 Carottes persillées  
 Yaourt nature **BIO**  
 Fruit



MARDI

Coeurs de palmier vinaigrette  
 Salade de haricots verts **BIO**  
 Curry de pois chiches **BIO**, tomate et carottes  
 Semoule **BIO**  
 Yaourt nature **BIO**  
 Fruits **BIO** de saison



Salade de lentilles aux échalotes  
 Taboulé **BIO**  
 Filet de colin sauce citron  
 Petits pois au jus  
 Carré du Trièves  
 Compote pomme framboise



Maïs **BIO** en salade  
 Salade de blé à l'orientale  
 Filet de poisson meunière  
 Chou fleur **BIO** béchamel  
 Bûchette mélangée  
 Fruit



Céleri râpé sauce cocktail  
 Chou chinois en salade  
 Rôti de volaille sauce forestière  
 Semoule **BIO**  
 Camembert **BIO**  
 Rocher au coco



MERCRIDI

Salade de pâtes **BIO**  
 Poisson pané  
 Chou fleur à la béchamel  
 Edam  
 Galette des Rois



Pizza au fromage  
 Sauté de volaille au curry  
 Poêlé de haricots verts et champignons  
 Vache qui rit **BIO**  
 Cake au Daim du chef



Potage crecy  
 Omelette nature  
 Gratin de pommes de terre au fromage à tartiflette  
 Yaourt aromatisé  
 Fruits **BIO** de saison



Salade de perles  
 Steak haché au jus  
 Brocolis **BIO** à la béchamel  
 Fromage blanc nature  
 Choux vanille



JEUDI

Macédoine mayonnaise  
 Potage crème de champignons  
 Hachi Camarguais du chef  
 Cantal AOP  
 Flan chocolat



Pamplemousse rose  
 Salade iceberg  
 Sauté de boeuf sauce tomate  
 Carottes fraîches aux petits oignons  
 Yaourt nature  
 Gâteau basque



Fenouil sauce tartare  
 Salade coleslaw  
 Gnocchis aux petits pois, épinards et pesto  
 Chanteneige **BIO**  
 Compote pomme abricot



Chou rouge aux pommes  
 Salade iceberg  
 Galette végétale tomate mozzarella  
 Pommes vapeur  
 Fromage à raclette  
 Compote de Pommes **BIO**



VENDREDI

Chou blanc frais mayonnaise  
 Salade verte **BIO**  
 Sauté de volaille au jus  
 Purée aux 3 légumes  
 Yaourt aromatisé  
 Galette des Rois



Salade d'endives sauce tartare  
 Velouté de potiron du chef  
 Risotto de coquillettes **BIO** dès de volaille du chef  
 Camembert  
 Fruits **BIO** de saison



Betteraves **BIO** en salade  
 Salade de brocolis vinaigrette  
 Paupiette de veau au jus  
 Purée de courges  
 Fromage blanc (ferme du Chambon)  
 Gâteau du chef aux myrtilles



Terrine de légumes  
 Velouté de légumes du chef  
 Torsade HVE sauce tomate, basilic et fromage  
 Fromage les Friponts  
 Fruit



PRATIQUE JE ME REPÈRE DANS LE MENU

LOCAL

DU CHEF

LABELS (EGALIM)

SOUS RÉSERVE DE MODIFICATIONS

### 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
- Enfourner 15 min à 200°C

#### PLUS QU'À VOUS RÉGALER !



## MENUS '4 SAISONS' | DU 2 FÉVRIER 2026 AU 8 FÉVRIER 2026 |

### Saint André le Gaz s/porc - Déjeuner

Du 02 fevr. au 08 fevr.

LUNDI

Carottes râpées fraîches		
Fenouil sauce tartare		
Crêpe au fromage		
Epinards hachés BIO		
Yaourt aromatisé		
Crêpe fraîche sucrée		
 CHANDELEUR		

MARDI

Macédoine vinaigrette		
Salade de choux fleurs BIO		
Filet de lieu sauce citron		
Gratin de pommes de terre façon Dauphinoise		
Mimolette		
Fruit		

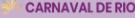
MERCREDI

Salade de blé au pistou		
Sauté de volaille à la moutarde		
Purée de courges		
Verchicors		
Flan chocolat		

JEUDI

Betteraves en salade		
Salade d'haricots beurre		
Cannelonis à la tomate		
Chanteneige BIO		
Fruits BIO de saison		

VENDREDI

Coeurs de palmier vinaigrette		
Salpicao (carottes, maïs, céleri, pomme)		
Feijão com arroz		
Yaourt nature BIO		
Bolo de fuba du chef		
 CARNAVAL DE RIO		

PRATIQUE JE ME REPÈRE DANS LE MENU

LOCAL

DU CHEF

LABELS (EGALIM)



#### 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
- Enfourner 15 min à 200°C

PLUS QU'À VOUS RÉGALER !

SOUS RÉSERVE DE MODIFICATIONS