

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

Saint André le Gaz - 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
Emincé de volaille aux herbes (français)
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

MERCREDI

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
Tartiflette
Yaourt aromatisé
Fruits **BIO** de saison

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

EPIPHANIE

TARTIFLETTE

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
Assortiment de charcuteries*
Pommes vapeur
Fromage à raclette
Compote de Pommes **BIO**

RACLETTE

VENREDI

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 Fripons
Fruit

EPIPHANIE

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 :

- Epluchures 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 !



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

Saint André le Gaz - Déjeuner

Du 02 févr. au 08 févr.

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
Dauphinois
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
Salpicão (carottes, maïs, céleri, pomme)
Feijão com arroz
Yaourt nature **BIO**
Bolo de fuba du chef



 CARNAVAL DE RIO

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