



MENUS '4 SAISONS' | DU 04 MARS 2024 AU 31 MARS 2024

Vaulx en Velin maternelle - Déjeuner

Du 04 mars au 10 mars

Du 11 mars au 17 mars

Du 18 mars au 24 mars

Du 25 mars au 31 mars

LUNDI

Maïs **BIO** en salade  
Nuggets végétal  
Haricots verts persillés  
Fruit de saison

Salade de pommes de terre  
Sauté de boeuf aux oignons  
Carottes fraîches **BIO** à la crème  
Fruit de saison

Macédoine mayonnaise  
Boulettes de blé façon thaï  
Farfalles à la tomate  
Fromage blanc nature **BIO** Local (vrac)

Radis émincés en salade  
Emincé de volaille à la crème  
Pommes de terre rissolées  
Compote de pommes **BIO**

MARDI

Tajine de poisson MSC  
Purée de pommes de terre **BIO**  
Brie  
Compote de pommes **BIO**

Salade iceberg  
Calamar à la romaine  
Lentilles au jus  
Yaourt nature

Sauté de volaille aux olives  
Purée de panais  
Camembert **BIO**  
Banane

Maïs en salade  
Crêpe au fromage  
Haricots verts **BIO** persillés  
Petit suisse **BIO** aromatisé

MERCREDI

Betteraves **BIO** en salade  
Sauté de boeuf sauce tomate  
Pâtes Spirales  
Yaourt de la ferme du Chambon

Chou blanc **BIO** mayonnaise  
Tortellini ricotta épinards sauce verte  
Gâteau au yaourt du chef

Salade de blé à l'orientale  
Tarte au fromage  
Choux fleur basquaise  
Yaourt de la ferme du Chambon

Taboulé **BIO** du chef  
Filet de poisson meunière  
Poêlée de légumes frais (carottes, panais)  
Crème dessert chocolat

JEUDI

Filet de poisson sauce corail  
Purée de Céleri  
Petit suisse **BIO** aromatisé  
Barre bretonne

Salade de pâtes **BIO**  
Quenelles sauce blanche  
Petits pois au jus  
Flan vanille

Salade verte **BIO**  
Paëlla poisson  
Fruits de mer  
Crème (ferme du Chambon)

Carottes râpées vinaigrette  
Filet de poisson sauce tomate basilic  
Flageolets au jus  
Gâteau de Pâques du chef  
Oeufs de Pâques en chocolat

VENREDI

Soupe à l'orientale  
Chili sin carne  
Galette tortilla de blé  
Crème (ferme du Chambon)

Pois chiches et légumes couscous  
Semoule **BIO**  
Bleu d'Auvergne  
Compote de pommes du chef

Filet de colin sauce citron  
Carottes **BIO** persillées  
Crème anglaise  
Brownie (individuel)

Bolognaise végétale **BIO**  
Coquillettes **BIO**  
Cantal AOP  
Fruit **BIO** de saison

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
- 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 !



