



BIEN MANGER en restauration collective

C'est possible !

MENUS '4 SAISONS' | DU 06 JANVIER 2025 AU 02 FÉVRIER 2025 |

Menu scolaire Sainte Foy les Lyon

Du 06 janv. au 12 janv.

Du 13 janv. au 19 janv.

Du 20 janv. au 26 janv.

Du 27 janv. au 02 févr.

LUNDI

Carottes râpées **BIO**
Steack haché au jus
Pâtes **BIO**
Fromage râpé
Fromage blanc **BIO**



Céleri râpé frais **BIO** rémoulade
Ravioli ricotta épinards **BIO** sauce tomate
Saint paulin **BIO**
Fruit de saison



Salade de haricots verts **BIO**
Parmentier végétal
Saint nectaire AOP
Flan vanille nappé caramel **BIO**



Salade de boulghour **BIO**
Filet de lieu sauce ciboulette
Haricots verts **BIO** persillés
Fromage blanc nature **BIO** Local (vrac)
Fruit **BIO** de saison



MARDI

Salade de haricots verts **BIO**
Pois chiches et légumes couscous
Semoule **BIO**
Verchicors **BIO**
Fruit **BIO** de saison



Salade de boulghour **BIO**
Filet de colin sauce citron
Petits pois **BIO** au jus
Carré du Trièves **BIO**
Compote de pommes **BIO** du chef



Maïs **BIO** en salade
Filet de colin sauce citron
Epinards hachés **BIO**
Fromage bleu **BIO**
Fruit de saison



Salade de chou chinois sauce sucrée salée
Sauté de volaille Label Rouge au caramel
Riz aux légumes façon wok
Camembert **BIO**
Gâteau à l'ananas du chef



• NOUVEL AN CHINOIS

MERCREDI

JEUDI

Macédoine mayonnaise
Sauté de boeuf race à viande aux oignons
Riz **BIO**
Cantal AOP
Flan vanille nappé caramel **BIO**



Velouté de potiron du chef
Jambon blanc
/Jambon de volaille
Torti **BIO**
Pont L'Evêque AOP
Fruit **BIO** de saison



Coleslaw **BIO** et dés de fromage
Blanquette de volaille Label Rouge à l'ancienne
Riz **BIO**
Compote de poires du chef
Dés de fromage



Céleri râpé frais **BIO** sauce cocktail
Assortiment de Charcuterie *
/Assortiment de Charcuterie de volaille
Pommes vapeur
Fromage à raclette
Compote de pommes **BIO** du chef



• RACLETTE

VENREDI

Salade verte **BIO**
Dés de fromage
Cubes de saumon sauce aurore
Purée aux 3 légumes
Galette des Rois



Salade iceberg
Rôti de boeuf paleron (VBF)
Carottes **BIO** persillées
Fromage blanc nature **BIO** Local (vrac)
Gâteau basque



Betteraves **BIO** en salade
Sauté de boeuf **BIO** à la provençale
Navets frais **BIO** et pommes de terre
béchamel
Crème anglaise
Gâteau du chef aux myrtilles



Velouté de légumes du chef
Tortellini ricotta épinards sauce verte
Fromage râpé
Fruit de saison



• EPIPHANIE

PRATIQUE JE ME REPÈRE DANS LE MENU



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



Ingrédients :

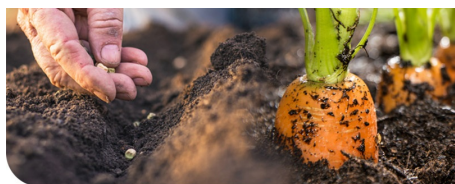
- Epluchures de légumes
- Huile d'olive
- Epices de votre choix : paprika, cumin, herbes, ail...
- Sel

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 !





MENUS '4 SAISONS' | DU 03 FÉVRIER 2025 AU 23 FÉVRIER 2025

Menu scolaire Sainte Foy les Lyon

Du 03 févr. au 09 févr.

Du 10 févr. au 16 févr.

Du 17 févr. au 23 févr.

LUNDI

Salade de pâtes **BIO**
Sauté de volaille Label Rouge à la dijonnaise
Poêlée de chou fleur **BIO** persillé
Verchicors **BIO**
Crème vanille (ferme du Chambon)



Salade de brocolis **BIO**
Tajine de boeuf RAV
Semoule **BIO**
Petit suisse **BIO** aromatisé
Fruit **BIO** de saison



Taboulé **BIO** du chef
Calamar à la romaine
Carottes **BIO** persillées
Comté AOP
Fruit de saison



MARDI

Stifado de boeuf race à viande
Gratin de panais frais et pommes de terre
Tomme du Trièves **BIO**
Fruit de saison



Quenelles **BIO** sauce blanche
Petits pois au jus
Emmental **BIO**
Gâteau du chef framboise et speculoos
Coulis de fruits



Céleri râpé frais **BIO** rémoulade
Steack haché au jus
Potatoes
Fromage bleu **BIO**
Crème dessert **BIO**



MERCREDI

JEUDI

Terrine de poisson
Sauce fromage blanc pour terrine
Cubes de poisson blanc aux 3 céréales
Riz **BIO** à la tomate
Compote de poires du chef



Potage crecy
Brandade de poisson du chef
Yaourt nature **BIO**
Fruit de saison



Tortis **BIO**
à la Bolognaise végétale **BIO**
Fromage râpé
Saint paulin **BIO**
Fruit **BIO** de saison



EXPRESSION POISSON

VENDREDI

Carottes râpées **BIO**
Crêpe au fromage
Épinards hachés à la crème
Chantilly
Crêpe fraîche sucrée



Chou blanc **BIO** mayonnaise
Sauté de Porc **BIO** forestier
/Sauté de volaille sauce forestière
Purée aux 3 légumes
Livarot AOP
Compote pomme framboise



Salade de pois chiches à l'italienne
Rôti de boeuf paleron (VBF)
Haricots verts **BIO** persillés
Yaourt de la ferme du Chambon
Gâteau au yaourt du chef



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 !

