



Sco Montbazin - Déjeuner

Du 02 sept. au 08 sept.

Du 09 sept. au 15 sept.

Du 16 sept. au 22 sept.

Du 23 sept. au 29 sept.

LUNDI

Salade de tomates **BIO**  
Tortellini **BIO** ricotta épinards sauce verte  
Coulommiers **BIO**  
Compote de pommes **BIO**



Melon  
Poisson pané et citron  
Ratatouille **BIO**  
Vache qui rit **BIO**  
Compote pomme fraise



Salade coleslaw  
Omelette **BIO** du chef  
Epinards branches et croûtons  
Chanteneige  
Gâteau au yaourt du chef



Salade de lentilles  
Boulettes d'agneau sauce orientale  
Poêlée de légumes verts  
Fromage les Fripons  
Compote de pommes coings



MARDI

Salade de pois chiches nature  
Rôti de porc au jus  
Brocolis vapeur  
Edam  
Fruit de saison



Concombre en salade  
Boulettes de bœuf au jus  
Haricots beurre persillés  
Yaourt nature  
Gâteau au chocolat



Salade de pâtes  
Tarte tomate chèvre basilic  
Salade verte (accompagnement)  
Mont lacaune  
Compote de pomme cassis

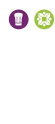


Concombre **BIO** en salade  
Pois chiches aux légumes couscous **BIO**  
Semoule **BIO**  
Emmental **BIO**  
Fruit **BIO** de saison



MERCREDI

Céleri rémoulade  
Sauté de volaille aux herbes LR  
Riz camarguais  
Vache picon  
Flan vanille nappé caramel



Macédoine mayonnaise  
Saucisse de Lozère \*  
Lentilles au jus  
Emmental  
Fruit de saison



Salade mexicaine (haricots blanc et rouges, maïs)  
Sauté de porc à la dijonnaise  
Courgettes persillées  
Camembert  
Flan chocolat



Radis croc'sel  
Sauté de volaille aux 4 épice (Label Rouge, Local)  
Trio de légumes (carottes, courgettes, salsifis)  
Yaourt nature  
Eclair au chocolat



JEUDI

Betteraves en salade  
Filet de Colin sauce Armoricaïne  
Pommes vapeur  
Yaourt nature  
Fruit de saison



Tomate en salade  
Picaussel sauce tomate  
Riz camarguais  
Lou mirabel  
Crème au chocolat



Concombre **BIO** en salade  
Tajine de poisson  
Semoule **BIO**  
Yaourt nature **BIO**  
Fruit **BIO** de saison



Salade de haricots verts  
Filet de colin basquaise  
Blé  
Fromage blanc aromatisé  
Fruit de saison

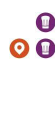


VENDREDI

Salade de saison  
Paupiette de veau à la moutarde  
Carottes fraîches sautées  
Petit suisse aromatisé  
Brownies du chef



Taboulé **BIO** du chef  
Sauté de porc **BIO** au jus  
Pommes paillason  
Petit suisse **BIO** aromatisé  
Fruit **BIO** de saison



Crêpe au fromage  
Sauté de bœuf aux oignons  
Choux fleurs persillés  
Fromage blanc nature  
Fruit de saison



Salade de pâtes  
Rôti de porc sauce forestière  
Carottes fraîches sautées  
Tomme de Lozère  
Flan vanille nappé caramel



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 !





Sco Montbazin - Déjeuner

Du 30 sept. au 06 oct.

Du 07 oct. au 13 oct.

Du 14 oct. au 20 oct.

LUNDI

Friand au fromage  
Nuggets végétal sauce barbecue  
Chou fleur à la béchamel  
Tartare nature  
Compote pomme fraise



Salade de pois chiches nature  
Sauté de volaille au paprika  
Haricots verts persillés  
Edam  
Fruit de saison

Salade de blé  
Crique à l'emmental  
Petits pois au jus  
Fromage blanc nature **BIO** + grainola pomme coco cannelle  
Fruit de saison

MARDI

Macédoine de légumes **BIO**  
Sauté de porc **BIO** au jus  
Coquillettes **BIO**  
Saint paulin **BIO**  
Fruit **BIO** de saison



Salade de saison  
Tortellini épinards sauce tomate et râpé  
P'tit cottentin nature  
Liégeois au chocolat

Céleri râpé **BIO** sauce rémoulade  
Sauté de porc **BIO** au miel et sésame  
Blé **BIO** sauce tomate  
Edam **BIO**  
Compote de poires **BIO**

MERCREDI

Concombre en salade  
Sauté de volaille LR sauce forestière  
Pommes noisettes  
Tomme blanche  
Crème pralinée



Oeuf dur mayonnaise  
Carry de porc \*  
Poêlée de brocolis et champignons  
Petit suisse aromatisé  
Fruit de saison

Taboulé libanais  
Crêpe sarrasin champignons poulet  
Salade verte (accompagnement)  
Yaourt nature sucré  
Barre de céréales

JEUDI

Carottes râpées vinaigrette  
Stifado de boeuf  
Courgettes persillées  
Petit suisse aromatisé  
Gâteau aux amandes et coco



Carottes râpées **BIO**  
Sauce bolognaise **BIO**  
Penne **BIO** et râpé  
Brie **BIO**  
Compote de pommes **BIO**

Cake à la courge et graine de courge  
Filet de poisson sauce corail  
Choux fleurs persillés  
Coulommiers  
Fruit de saison

VENDREDI

Tomate en salade  
Filet de hoki sauce julienne  
Blé  
Yaourt nature  
Fruit de saison



Chou blanc en salade  
Calamars à la romaine et citron  
Poêlée cordiale  
Yaourt nature  
Gâteau aux pépites de chocolat du chef

Salade verte + graine de tournesol  
Sauté de boeuf frais sauce indienne  
Riz 3 saveurs  
P'tit cottentin nature  
Crème au Caramel

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 !

