



Sco Montbazin sans viande - Déjeuner

Du 04 nov. au 10 nov.

Du 11 nov. au 17 nov.

Du 18 nov. au 24 nov.

Du 25 nov. au 01 déc.

LUNDI

Betteraves **BIO** en salade  
Aiguillettes panée de blé et emmental  
Purée de pommes de terre  
Fromage blanc aromatisé  
Fruit de saison



Crêpe au fromage  
Omelette aux fines herbes  
Choux fleurs persillés  
Yaourt nature  
Fruit de saison



Salade mexicaine (haricots blanc et rouges, maïs)  
Crique au cantal  
Epinards branches et croûtons  
Yaourt nature **BIO**  
Fruit **BIO** de saison



MARDI

Salade de lentilles  
Tortillas pomme de terre et oignons  
Beignets de choux fleurs  
Camembert  
Compote de poires **BIO**



Macédoine de légumes **BIO**  
Tortellini **BIO** ricotta épinards sauce tomate + râpé  
Yaourt nature **BIO**  
Flan chocolat



Salade de saison  
Filet de poisson sauce provençale  
Blé **BIO**  
Chanteneige  
Compote pomme banane



Chou chinois en salade  
Haricots rouges à la tomate  
Semoule **BIO**  
Tomme blanche  
Flan vanille nappé caramel



MERCREDI

Céleri râpé **BIO** sauce rémoulade  
Nuggets végétal  
Macaronis **BIO** et fromage râpé  
Vache picon  
Flan vanille nappé caramel



Radis noirs râpés vinaigrette  
Pané de blé fromage et épinards  
Potatoes  
Petit suisse sucré  
Compote de pommes **BIO**



Salade coleslaw **BIO**  
Aiguillettes panée de blé et emmental  
Haricots verts à l'ail  
Gouda  
Gâteau aux pépites de chocolat du chef



Friand au fromage  
Filet de colin sauce oseille  
Carottes **BIO** persillées  
Tartare nature  
Fruit de saison



JEUDI

Velouté de courges  
Filet de colin sauce julienne  
Semoule **BIO**  
Plateau de fromages  
Fruit **BIO** de saison



Taboulé **BIO** du chef  
Poisson pané et citron  
Carottes fraîches persillées  
Coulommiers  
Fruit de saison



Potage crécy **BIO**  
Nuggets végétal  
Gratin de crozets + fromage à tartiflette  
Fruit de saison



Velouté de légumes **BIO**  
Omelette **BIO** aux fines herbes  
Penne **BIO**  
Edam **BIO**  
Compote de poires **BIO**



VENDREDI

Salade verte **BIO**  
Omelette **BIO** du chef  
Petits pois **BIO** au jus  
Yaourt nature **BIO**  
Gâteau aux amandes et coco



Chou blanc **BIO** en salade  
Galette végétale  
Aligot  
Fruit **BIO** de saison



Betteraves **BIO** en salade  
Falafels **BIO**  
Brocolis **BIO** à la béchamel  
Brie **BIO**  
Crème dessert **BIO** au chocolat



Salade verte **BIO**  
Pavé fromager  
Courge en béchamel  
Petit suisse sucré  
Gâteau du chef aux pommes



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 02 DÉCEMBRE 2024 AU 22 DÉCEMBRE 2024

Sco Montbazin sans viande - Déjeuner

Du 02 déc. au 08 déc.

Du 09 déc. au 15 déc.

Du 16 déc. au 22 déc.

LUNDI

Macédoine mayonnaise  
Lentilles sauce Tex Mex  
Riz camarguais  
Brie  
Fruit de saison



Salade de pois chiches **BIO**  
Omelette **BIO** au fromage  
Epinards **BIO** à la béchamel et croûtons  
Yaourt nature **BIO**  
Fruit **BIO** de saison



Céleri râpé **BIO** sauce rémoulade  
Pané de blé fromage et épinards  
Coquillettes **BIO**  
Bûchette mélangée  
Fruit **BIO** de saison



MARDI

Crêpe au fromage  
Picoussel nature du chef  
Haricots verts persillés  
Yaourt nature **BIO**  
Fruit de saison



Radis et beurre  
Curry de pois chiches  
Semoule **BIO**  
P'tit cottentin nature  
Compote pomme banane **BIO**



Salade de blé **BIO**  
Omelette **BIO** aux oignons  
Poêlée de chou fleur **BIO** persillé  
Fromage blanc **BIO**  
Fruit **BIO** de saison



MERCREDI

Céleri râpé **BIO** sauce rémoulade  
Boulettes tomate mozzarella  
Purée de pommes de terre  
Tomme de Lozère  
Compote de pomme framboise



Salade verte **BIO**  
Nuggets végétal  
Haricots verts **BIO** persillés  
Petit suisse sucré  
Tarte au flan



Velouté de légumes du chef  
Filet de Colin sauce Armoricaïne  
Tagliatelles  
Dessert de Noël maison  
Clémentine **BIO** et papillotes



JEUDI

Velouté d'épinards **BIO**  
Calamars à la romaine et citron  
Gratin de poireaux et pommes de terre  
Vache qui rit **BIO**  
Crème à la vanille



Velouté de légumes **BIO**  
Riz camarguais  
Lentilles mijotées aux oignons  
Emmental  
Fruit de saison



Feuilleté au chèvre  
Samoussa de légumes  
Pommes pins  
Buche de Noël au spéculos  
Clémentine **BIO** et papillotes



VENDREDI

Carottes râpées **BIO**  
Aiguillettes panée de blé et emmental  
Poêlée de chou fleur **BIO** persillé  
Petit suisse **BIO** aromatisé  
Gâteau du chef aux brisures d'oréo



Salade de pâtes **BIO**  
Filet de poisson sauce provençale  
Tagliatelles de carottes  
Camembert  
Crème au chocolat



Taboulé  
Aiguillettes panée de blé et emmental  
Haricots beurre à l'ail  
Fromage les Fripons  
Fruit 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 !

