

- Nom de la cuisine : Béziers-Menu
- Code comptable : C1694-30530
- Date début : 23 février 2026
- Date fin : 08 mars 2026
- Nom de la société : CA MONTBAZIN
- Mail de la société : alp-alsh@montbazin.fr
- Menus :
  - Menu Montbazin sans viande - Déjeuner

## MENUS '4 SAISONS' | DU 23 FÉVRIER 2026 AU 8 MARS 2026 |

### Menu Montbazin sans viande - Déjeuner

Du 23 févr. au 01 mars

Du 02 mars au 08 mars

LUNDI

Taboulé **BIO**  
Omelette **BIO** du chef  
Poêlée provençale **BIO**  
Emmental **BIO**  
Fruits **BIO** de saison



Velouté de légumes du chef  
Saucisse végétale  
Lentilles au jus  
Yaourt nature **BIO**  
Fruit



MARDI

Velouté de légumes du chef  
Curry de lentilles  
Pâtes Farfalle et Râpé  
Bûchette mélangée  
Compote de pommes



Salade d'endives  
Filet de colin sauce crème  
Pâtes **BIO**  
Tomme des Pyrénées  
Crème au chocolat



MERCREDI

Salade de pépinettes  
Pavé fromager  
Choux fleurs persillés  
Petit suisse aromatisé  
Fruits **BIO** de saison



Salade de blé **BIO** à l'orientale  
Curry de pois chiches **BIO**, tomate et carottes  
Carottes **BIO** persillées  
Chanteneige **BIO**  
Compote de Pommes **BIO**



JEUDI

Carottes râpées **BIO** au citron  
Poisson meunière  
Purée de courges  
Yaourt nature sucré  
Gâteau du chef au yaourt



Crêpe au fromage  
Galette végétale  
Duo de haricots beurre et verts  
Petit suisse aromatisé  
Fruits **BIO** de saison



VENDREDI

Salade de saison  
Filet de colin sauce ciboulette  
Semoule **BIO**  
Vache picon  
Flan vanille nappé caramel



Coleslaw **BIO** du chef  
Calamars à la romaine et citron  
Riz camarguais **BIO**  
Petit Moulé Nature  
Gâteau du chef aux pépites de chocolat



#### 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 !

