

MENUS '4 SAISONS' | DU 5 JANVIER 2026 AU 1 FÉVRIER 2026 |

Sco Montbazin - Déjeuner

Du 05 janv. au 11 janv.

Du 12 janv. au 18 janv.

Du 19 janv. au 25 janv.

Du 26 janv. au 01 févr.

LUNDI

Céleri rémoulade
Gnocchis aux petits pois, épinards et pesto
Vache picon
Fruits **BIO** de saison

VÉGÉTARIEN

Salade de lentilles **BIO**
Cubes de poisson blanc aux 3 céréales
Chou fleur à la béchamel
Petit suisse sucré
Fruits **BIO** de saison

Salade de pois chiches **BIO**
Picoussel sauce tomate
Poêlée cordiale
Yaourt nature **BIO**
Fruits **BIO** de saison

VÉGÉTARIEN

Salade de saison **BIO**
Assortiment de charcuteries*
Pommes vapeur et fromage à raclette
Fruit

RACLETTE

MARDI

Taboulé **BIO**
Sauté de porc **BIO** au jus
Brocolis **BIO** braisés
Edam **BIO**
Crème à la vanille

Salade verte **BIO**
Curry de pois chiches **BIO**, tomate et carottes
Semoule **BIO**
Emmental **BIO**
Compote de Pommes **BIO**

VÉGÉTARIEN

Salade de haricots verts
Cordon bleu
Potatoes et ketchup
Bûchette mélangée
Flan vanille nappé caramel

Velouté de légumes **BIO**
Risotto de coquillettes **BIO** dès de volaille du chef
Vache qui rit **BIO**
Compote de Pommes **BIO**

MERCREDI

Macédoine mayonnaise
Sauté de volaille aux herbes LR
Tortis **BIO** et râpé
Yaourt aromatisé **BIO**
Royaume

EPIPHANIE

Crêpe au fromage
Pilons de poulet rôti
Fricassée de légumes (champignons, carottes)
Carré frais **BIO**
Gâteau du chef au yaourt

Velouté de brocolis
Sauce carbonara aux lardons *
Pommes vapeurs et fromage à tartiflette
Fruits **BIO** de saison

TARTIFLETTE

Taboulé **BIO**
Filet de colin sauce julienne
Haricots verts persillés
Tartare nature
Crème au chocolat

JEUDI

Potage de potiron
Filet de poisson sauce armoricaine
Riz camarguais **BIO**
Tomme de Lozère
Fruits **BIO** de saison

Velouté de légumes **BIO**
Hachi Camarguais du chef
Tomme de Savoie
Crème au chocolat

Carottes râpées **BIO**
Tajine de poisson
Semoule **BIO**
Edam **BIO**
Purée de pommes bananes **BIO**

Salade de lentilles aux échalotes
Omelette **BIO** au fromage
Epinards branches et croûtons
Fromage blanc nature
Fruits **BIO** de saison

VÉGÉTARIEN

VENDREDI

Salade de saison **BIO**
Paupiette de veau au jus
Purée aux 3 légumes
Petit suisse **BIO** aromatisé
Galette des Rois

EPIPHANIE

Betteraves en salade
Viande cassoulet
Haricots blancs à la tomate
Fromage blanc **BIO**
Fruits **BIO** de saison

Céleri rémoulade
Steack haché au jus
Choux fleurs persillés
Chanteneige **BIO**
Tarte aux pommes

Macédoine mayonnaise
Stifado de boeuf
Carottes **BIO** persillées
Yaourt aromatisé
Gâteau aux amandes et coco

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



Ingédients :

- 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 !



PRATIQUE JE ME REPÈRE DANS LE MENU



SOUS RÉSERVE DE MODIFICATIONS

MENUS '4 SAISONS' | DU 2 FÉVRIER 2026 AU 22 FÉVRIER 2026 |

Sco Montbazin - Déjeuner

Du 02 févr. au 08 févr.

Du 09 févr. au 15 févr.

Du 16 févr. au 22 févr.

LUNDI

Crêpe au fromage
Calamars à la romaine et citron
Chou fleur à la béchamel
Plateau de fromages
Crêpe au chocolat

CHANDELEUR

Salade de lentilles **BIO**
Nugget's de volaille
Petits pois au jus
Yaourt nature **BIO**
Fruits **BIO** de saison

Salade de saison **BIO**
Torsade HVE sauce tomate, basilic et fromage
Edam **BIO**
Fruits **BIO** de saison

VÉGÉTARIEN

MARDI

Betteraves **BIO** en salade
Sauté de volaille à la crème
Beignets de salsifis
Vache qui rit **BIO**
Liégeois au chocolat

Rosette et cornichons
Filet de colin sauce oseille
Pommes vapeur
Petit suisse **BIO** aromatisé
Fruits **BIO** de saison

Nems aux légumes (HO)
Sauté de porc nature
Légumes façon wok
Petit Moulé Nature
Compote pomme vanille du chef

CHINOIS

MERCREDI

Velouté de courges
Paupiette de veau sauce forestière
Semoule **BIO**
Tomme grise d'Auvergne
Fruit

Friand au fromage
Rôti de porc au jus
Epinards branches et croûtons
Chanteneige **BIO**
Crème à la vanille

Salade de pois chiches **BIO**
Filet de colin meunière
Poêlée bretonne **BIO** (Chou fleur, brocolis)
Yaourt nature **BIO**
Fruits **BIO** de saison

JEUDI

Salade de pois chiches
Boeuf bourguignon RAV
Brocolis braisés
Petit suisse **BIO**
Gâteau du chef au yaourt

Salade de chou chinois sauce sucrée salée
Colombo de volaille
Coquillettes **BIO**
Encalat du larzac
Compote pomme banane **BIO**

Salpicão (carottes, maïs, céleri, pomme)
Feijao con arroz (bolognaise de boeuf et haricot rouge)
Riz camarguais **BIO**
Petit suisse **BIO** aromatisé
Bolo de fuba du chef

CARNAVAL DE RIO

VENREDI

Salade de saison **BIO**
Chili végétarien
Riz camarguais **BIO**
Lou mirabel
Compote de poires **BIO**

VÉGÉTARIEN

Salade de blé à l'orientale
Crique au Cantal
Haricots verts persillés
Yaourt nature **BIO**
Gâteau du chef framboise et speculoos

VÉGÉTARIEN

Taboulé **BIO**
Blanquette de poisson
Carottes fraîches aux petits oignons
Brie
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 :

- Épluchures de légumes
- Huile d'olive
- Épices 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 !



PRATIQUE JE ME REPÈRE DANS LE MENU



SOUS RÉSERVE DE MODIFICATIONS