

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** à la tomate
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 :

- 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 !

