

MENUS '4 SAISONS' | DU 9 MARS 2026 AU 5 AVRIL 2026 |

Sco Montbazin sans viande - Déjeuner

Du 09 mars au 15 mars

Du 16 mars au 22 mars

Du 23 mars au 29 mars

Du 30 mars au 05 avr.

LUNDI

Crêpe au fromage
Poisson pané et citron
Carottes fraîches persillées
Yaourt nature **BIO**
Fruit

Taboulé **BIO**
Boulette végétale **BIO** à l'italienne
Chou fleur à la béchamel
Brie
Fruits **BIO** de saison

Salade de pâtes **BIO**
Nugget's végétal et ketchup
Haricots verts persillés
P'tit cottenin nature
Liégeois au chocolat

Salade de pois chiches **BIO**
Crique au Cantal
Epinards branches et croûtons
Carré de fromage fondu
Crème à la vanille

MARDI

Salade coleslaw **BIO**
Risotto de coquillettes **BIO** au fromage
Emmental
Crème au chocolat

Betteraves en salade
Filet de poisson meunière et citron
Purée de pommes de terre
Vache qui rit **BIO**
Crème à la vanille

Potage crécy **BIO**
Filet de colin sauce julienne
Semoule **BIO**
Fromage blanc **BIO**
Fruit

Velouté de légumes du chef
Gratin savoyard coquillettes **BIO** et poireaux
Yaourt nature **BIO**
Fruits **BIO** de saison

MERCREDI

Terrine de légumes
Paupiette de saumon à la crème
Boulghour
Petit suisse **BIO** aromatisé
Fruit

Velouté de courges
Falafels menthe coriandre sauce crème
Riz camarguais **BIO**
Fromage blanc de brebis
Fruits **BIO** de saison

Salade verte **BIO**
Pavé fromager
Carottes fraîches persillées
Tomme blanche
Gâteau au chocolat du chef

Chou chinois en salade
Aiguillettes panée de blé et emmental
Riz camarguais **BIO**
Mimolette
Compote pomme abricot

JEUDI

Velouté de légumes du chef
Pois chiches aux légumes couscous **BIO**
Semoule **BIO**
Lou mirabel
Compote pomme banane

Salade de saison
Nuggets de poisson
Pommes noisettes
Petit suisse **BIO** aromatisé
Eclair au chocolat

Chou blanc **BIO** en salade
Sauce à la mexicaine **BIO**
Macaronis et râpé
Petit suisse sucré
Compote de pommes du chef

Taboulé **BIO**
Filet de lieu sauce oseille
Carottes fraîches persillées
Fromage blanc **BIO**
Fruit

VENDREDI

Salade de saison **BIO**
Filet de colin à l'estragon
Brocolis persillés
Chanteneige **BIO**
Brownies du chef

Salade de lentilles **BIO**
Blanquette de poisson
Jardinière de légumes
Tomme de Lozère
Compote de pommes

Friand au fromage
Omelette **BIO**
Petits pois au jus
Edam
Fruits **BIO** de saison

Salade verte **BIO**
Filet de colin basquaise
Choux fleur braisés
Tartare nature
Gâteau de Pâques du chef
Oeufs de Pâques en 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 !



PRATIQUE JE ME REPÈRE DANS LE MENU



SOUS RÉSERVE DE MODIFICATIONS

MENUS '4 SAISONS' | DU 6 AVRIL 2026 AU 19 AVRIL 2026 |

Sco Montbazin sans viande - Déjeuner

Du 06 avr. au 12 avr.

Du 13 avr. au 19 avr.

LUNDI

Potage de haricots verts
Bâtonnet croustillant blé et carotte
Pommes paillasson
Fromage blanc **BIO**
Fruits **BIO** de saison

MARDI

Velouté de petits pois
Calamars à la romaine et citron
Purée aux 3 légumes
Chanteneige **BIO**
Flan vanille nappé caramel

Salade de lentilles **BIO**
Pavé fromager
Chou fleur à la béchamel
Vache picon
Crème au chocolat

MERCREDI

Salade de blé à l'orientale
Filet de poisson sauce moutarde
Haricots beurre persillés
Petit suisse **BIO** aromatisé
Fruits **BIO** de saison

Betteraves **BIO** en salade
Filet de poisson meunière et citron
Blé **BIO**
Emmental **BIO**
Fruits **BIO** de saison

JEUDI

Oeuf **BIO** mayonnaise
Gratin de pâtes béchamel au butternut du chef
Bûchette mélangée
Fruits **BIO** de saison

Salade de pois chiches **BIO**
Paupiette de saumon sauce tomate
Brocolis braisés
Fromage les Fripons
Compote pomme pêche

VENREDI

Salade de saison
Boulettes de blé façon thaï sauce aux airelles
Pommes vapeur
Yaourt nature **BIO**
Gâteau à la rhubarbe et aux amandes

Oeuf dur mayonnaise
Filet de colin sauce armoricaine
Tortis
Petit suisse **BIO** aromatisé
Cake au Daim du chef

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 !

