

Menus du 3 au 7 novembre 2025

Lundi 3

Poisson meunière
et citron

Pommes de terre
rissolées

Comté

Poire

Mardi 4

Duo de carottes et
endives vinaigrette

Sauté de bœuf aux
oignons

SV: Dahl de lentilles

Riz parfumé

Fromage blanc fermier au
coulis de fruits rouges

Mercredi 5

Potage de légumes

Filet de saumon
sauce crème

Blé
Gratin de brocolis

Petit fromage sous cire

Compote pomme-ananas

Jeudi 6

Couscous de légumes

Semoule

Petit suisse nature
sucré

Kiwi

Vendredi 7

Macédoine au thon

Poulet rôti

SV: Cake aux poivrons

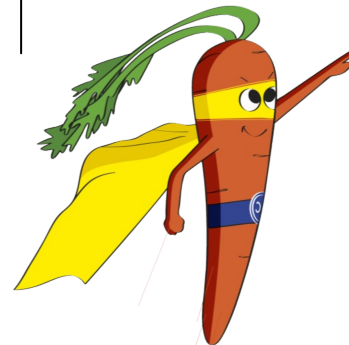
Purée de céleri

Brie

Mille-feuilles

Le poulet rôti que je te propose au menu de vendredi est label rouge. C'est un signe de qualité français qui permet d'identifier les produits de qualité supérieure. Il est identifié avec le logo

Bon appétit !



Déjeuner

Gôter

Quatre-quarts maison
aux pépites de chocolat

Jus de pomme

Pain aux céréales
Fromage
Pomme

Grande galette pur beurre
Yaourt aromatisé

Croissant
Lait

Baguette
Beurre
Compote pomme-
fruits-rouges

SV : Sans Viande

Les menus sont susceptibles d'être modifiés selon l'approvisionnement ou la production. Dans le cadre du règlement CE n° 1169/2011, nous vous informons que les repas servis sont susceptibles de contenir les allergènes suivants : gluten, fruits à coques, crustacés, céleri, œufs, moutarde, soja, poissons, lait, sulfites, graines de sésame, lupin, arachides et mollusques.

Menus du 10 au 14 novembre 2025

Lundi 10

Mardi 11

Mercredi 12

Jeudi 13



Vendredi 14

Betteraves vinaigrette

Emincé de porc
au curry



SV: Filet de colin-
lieu au curry



Pommes vapeur



Emmental



Banane

Férié

Paupiette de veau
aux champignons



SV: Pâtes à la mexicaine

Tortis



Yaourt fermier
nature sucré



Clémentine

Carottes râpées
vinaigrette



Omelette nature



Pommes rostî
de légumes



Bûchette de chèvre

Liégeois vanille

Filet de cabillaud
sauce crevettes



Riz créole
Duo de chou-fleur
et chou romanesco

Petit fromage moussoux

Assiette de fruits



(Ananas, Kiwi, Poire, Pomme)

Plutôt odorantes, parfois même piquantes, les épices permettent de donner du goût à un plat en limitant l'ajout de sel et de matière grasse.

Lundi, je te propose d'accompagner ta viande ou ton poisson d'une sauce au curry.

Le savais-tu? Le curry est un mélange d'épices qui varie selon sa composition

Bon appétit !



Pain aux céréales
Barre de chocolat
Jus d'orange



Moelleux aux
amandes
Lait



Baguette
Beurre
Compote de pomme



Quatre-quarts maison
Petit-suisse aux fruits



SV : Sans Viande

Les menus sont susceptibles d'être modifiés selon l'approvisionnement ou la production. Dans le cadre du règlement CE n° 1169/2011, nous vous informons que les repas servis sont susceptibles de contenir les allergènes suivants : gluten, fruits à coques, crustacés, céleri, œufs, moutarde, soja, poissons, lait, sulfites, graines de sésame, lupin, arachides et mollusques.

Menus du 17 au 21 novembre 2025

Lundi 17

Mardi 18

Mercredi 19

Jeudi 20

Vendredi 21

Blanquette de dinde



SV: Blanquette de haricots blancs

Petits pois/ carottes



Camembert



Compote pomme-cassis

Rosette et cornichon
SV: Œuf dur mayonnaise

Filet de merlu
sauce crème



Pommes vapeur
Brocolis persillés

Saint Nectaire



Banane



Chili sin carne



Riz créole

Petit-suisse
nature sucré

Raisin

Céleri rémoulade

Rôti de bœuf



SV: Filet de saumon sauce citronnée



Purée de pommes de terre

Petit fromage frais
aux herbes

Tarte aux pommes



Betteraves vinaigrette

Tortelloni au fromage
et gruyère râpé



Salade verte

Clémentine



Chaque semaine, je propose au moins un menu commun à tous. Il s'agit du menu végétarien ! Une bonne façon de varier les sources de protéines. Tu peux en retrouver 2 cette semaine : mercredi et vendredi ! **Bon appétit !**



Gâteau maison à la chapelure
Poire



Baguette
Beurre
Yaourt aromatisé



Pain au chocolat
Lait



Pain aux céréales
Barre de chocolat
Jus de pommes-poires



Moelleux fourré fraise
Yaourt nature sucré



SV : Sans Viande

Les menus sont susceptibles d'être modifiés selon l'approvisionnement ou la production. Dans le cadre du règlement CE n° 1169/2011, nous vous informons que les repas servis sont susceptibles de contenir les allergènes suivants : gluten, fruits à coques, crustacés, céleri, œufs, moutarde, soja, poissons, lait, sulfites, graines de sésame, lupin, arachides et mollusques.

Menus du 24 au 28 novembre 2025

Lundi 24

Mardi 25

Mercredi 26

Jeudi 27

Vendredi 28

Carottes râpées
vinaigrette



Filet de colin-lieu
à l'armoricaine



Pommes vapeur
Epinards à la crème



Fromage blanc fermier
nature sucré



Kiwi



Tajine de légumes



Semoule



Coulommiers



Crème dessert
chocolat



Salade de blé

Pizza reine

SV: Pizza au
fromage



Salade verte

Ananas au sirop

Chou blanc
rémoulade



Omelette nature



Coquillettes
Ratatouille



Saint-Paulin



Orange



Langue de bœuf sauce
piquante

SV : Filet de hoki
à la crème de Normandie



Purée de patate douce

Tomme blanche



Assiette de fruits



(Ananas, Kiwi, Poire, Pomme)

Respecter les saisons permet d'obtenir des produits de meilleure qualité en limitant les coûts tout en respectant la planète. Pour profiter de certains fruits et légumes toute l'année, comme la ratatouille de jeudi, il existe plusieurs modes de conservation (surgelés, conserves...)

Bon appétit !



Biscuit
Compote

Baguette
Beurre
Banane



Gâteau maison
au yaourt
Petit-suisse aux fruits



Pain au lait
Barre de chocolat
Lait



Pain aux céréales
Fromage
Jus d'orange



SV : Sans Viande

Les menus sont susceptibles d'être modifiés selon l'approvisionnement ou la production. Dans le cadre du règlement CE n° 1169/2011, nous vous informons que les repas servis sont susceptibles de contenir les allergènes suivants : gluten, fruits à coques, crustacés, céleri, œufs, moutarde, soja, poissons, lait, sulfites, graines de sésame, lupin, arachides et mollusques.