



MENUS '4 SAISONS' | DU 31 AOÛT 2026 AU 27 SEPTEMBRE 2026 |

SCO Lorient - Déjeuner

Du 31 août au 06 sept.

Du 07 sept. au 13 sept.

Du 14 sept. au 20 sept.

Du 21 sept. au 27 sept.

LUNDI

Carottes râpées **BIO**
Paupiette de veau au jus
Purée de pommes de terre
Chanteneige **BIO**
Compote de pommes bananes

Taboulé **BIO**
Cordon bleu
Brocolis à la béchamel
Camembert
Flan vanille nappé caramel

Betteraves **BIO** en salade
Filet de lieu sauce ciboulette
Printanière de légumes
Fromage blanc nature
Fruit

MARDI

Salade iceberg
Poisson pané
Frites
Tartare ail et fines herbes
Purée de Pommes **BIO**
Ketchup (dosette)

Salade de pommes de terre
Poisson façon Fish'n (chips)
Epinards hachés à la crème
Mimolette
Fruit **BIO** de saison

Salade de blé au pistou
Quenelles **BIO** sauce blanche
Courgettes persillées
Gouda
Purée pomme fraise

MERCREDI

Taboulé
Chickenwings
Haricots verts **BIO** à l'ail
Cantal
Clafoutis aux abricots du chef

Salade de haricots verts
Sauté de bœuf au jus
Riz **BIO**
Yaourt aromatisé
Fruit

Salade mexicaine (haricots blanc et rouges, maïs)
Nugget's de volaille
Ratatouille
Camembert **BIO**
Raisin (sous réserve)

JEUDI

Melon
Saucisse de Toulouse*
Riz **BIO**
Yaourt nature
Gâteau basque

Duo de céleri **BIO** et carottes **BIO**
rémoulade
Lasagnes de légumes
Fromage fondu le carré
Raisin (sous réserve)

Tomates fraîches **BIO** rondelle
Rôti de porc aux herbes
Pommes campagnardes
Vache picon
Fruit **BIO** de saison

VENDREDI

Macédoine Mayonnaise
Tarte fraîche chèvre tomate
Courgettes persillées
Emmental **BIO** portion
Fruit

Perle de blé, carottes et sésame
Boulette de bœuf sauce tomate cumin coriande
Tajine de légumes frais (courgettes et patate douce)
Yaourt à la figue (Ferme Désiris)
Salade d'orange à la menthe

Concombre vinaigrette
Sauté de bœuf sauce paprika
Semoule **BIO**
Yaourt aromatisé
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'ÉPILUCHURES DE LÉGUMES



Ingédients :
• 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 !





C'est possible !

MENUS '4 SAISONS' | DU 28 SEPTEMBRE 2026 AU 18 OCTOBRE 2026 |

SCO Lorient - Déjeuner

Du 28 sept. au 04 oct.

Du 05 oct. au 11 oct.

Du 12 oct. au 18 oct.

LUNDI

Gaspacho
Paupiette de veau à la moutarde
Lentilles au jus
Emmental **BIO**
Crème au caramel

Salade de perles
Filet de lieu sauce citron
Gratin de courgettes fraîches **BIO**
Yaourt nature **BIO**
Fruit

Carottes râpées vinaigrette aux agrumes
Sauté de volaille sauce crème poivrons rouges
Purée de patate douce
Fromage blanc et coulis de mangue
Fruit

SEMAINE DU GOÛT

MARDI

Salade de pommes de terre
Aiguillettes de poulet sauce curry
Carottes **BIO** persillées
Fromage les Fripons
Fruit

Potage de légumes du chef
Quenelles **BIO** à la sauce tomate
Piperade / Riz
Edam
Compote pomme abricot

Salade concombre, tomates et pois chiches
Risotto de petit épeautre, crémeux de courgettes aux fromages frais
Yaourt aromatisé
Gâteau choco noisette du chef

SEMAINE DU GOÛT

MERCREDI

Pastèque
Filet de poisson meunière
Brocolis à la béchamel
Fromage blanc (ferme du Chambon)
Brownies du chef

Carottes râpées fraîches
Merguez à l'orientale
Semoule **BIO**
Bûche du pilat
Fruit

Salade de mâche, fromage et croûtons
Poisson sauce crème citron et aneth
Pâtes Tricolores et Râpé
Chanteneige **BIO**
Milk shake du chef au fromage blanc HVE

SEMAINE DU GOÛT

JEUDI

Salade iceberg
Macaronis à la carbonara végétale **BIO**
Yaourt nature
Fruit

Tomates en salade
Sauté de volaille au basilic
Petits pois au jus
Fromage blanc nature
Tarte au flan

Taboulé **BIO** aux graines de lin
Boulettes d'agneau sauce beurre cacahuète
Carottes **BIO** persillées
Tartare cernois
Compote pomme coing

SEMAINE DU GOÛT

VENDREDI

Chou blanc **BIO** mayonnaise
Filet de poisson sauce basquaise
Purée de pommes de terre
Bûchette mélangée
Compote pommes cassis

Salade verte
Lasagnes bolognaise
Vache picon
Fruit **BIO** de saison

Salade de lentilles aux échalotes
Emincé de bœuf sauce échalotes
Poêlée de pommes de terre et épinards persillés
Mimolette
Crème dessert praliné

SEMAINE DU GOÛT

PRATIQUE JE ME REPÈRE DANS LE MENU



LOCAL



DU CHEF



LABELS (EGALIM)

SOUS RÉSERVE DE MODIFICATIONS



PLUS QU'À VOUS RÉGALER !

Préparation :

- Rincer les épluchures
- Ajouter l'assaisonnement
- Ajouter un filet d'huile d'olive sur le tout
- Enfourner 15 min à 200°C

Ingédients :

- Épluchures de légumes
- Huile d'olive
- Épices de votre choix : paprika, cumin, herbes, ail...
- Sel



CHIPS D'ÉPLUCHURES DE LÉGUMES

10M de tonnes d'aliments sont jetés par an. Pour limiter ce gaspillage, voici une idée de recette à faire chez vous :

RECETTE ANTI-GASPI
Un moyen de lutter contre le gaspillage alimentaire !