

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

Menu standard Lorient - 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

Pamplemousse rose
Lasagnes au saumon
Chanteneige BIO
Compote de pommes HVE

Céleri râpé frais BIO remoulade
Ravioli ricotta épinards BIO sauce tomate
Fromage fondu le carré
Fruit

Salade de haricots verts BIO
Nugget's de volaille
Lentilles au jus
Saint nectaire AOP
Flan chocolat

Salade de pommes de terre
Filet de lieu sauce ciboulette
Carottes persillées
Yaourt nature BIO
Fruit

MARDI

Salade de haricots verts BIO
Curry de pois chiches BIO, tomate et carottes
Semoule BIO
Yaourt nature BIO
Fruits BIO de saison

Taboulé BIO
Filet de colin sauce citron
Petits pois au jus
Carré du Trièves
Compote pomme framboise

Salade de blé à l'orientale
Filet de poisson meunière
Chou fleur BIO béchamel
Bûchette mélangée
Fruit

Céleri râpé sauce cocktail
Rôti de volaille sauce forestière
Semoule BIO
Camembert BIO
Rocher au coca

MERCREDI

Salade de pâtes BIO
Poisson pané
Chou fleur à la béchamel
Edam
Galette des Rois

Pizza au fromage
Sauté de volaille sauce forestière
Poêlé de haricots verts et champignons
Vache qui rit BIO
Cake au Dalm du chef

Salade iceberg
Tartiflette
Yaourt aromatisé
Fruits BIO de saison

Salade de perles
Steak haché au jus
Brocolis BIO à la béchamel
Fromage blanc nature
Choux vanille

🍷 EPIPHANIE

🍷 TARTIFLETTE

JEUDI

Macédoine mayonnaise
Hachi Camarguais du chef
Cantal AOP
Flan chocolat

Salade iceberg
Sauté de bœuf sauce tomate
Carottes fraîches aux petits oignons
Yaourt nature
Gâteau basque

Salade coleslaw
Gnocchis aux petits pois, épinards et pesto
Chanteneige BIO
Compote pomme abricot

Salade iceberg
Assortiment de charcuteries*
Pommes vapeur
Fromage à raclette
Compote de Pommes BIO

🍷 RACLETTE

VENREDI

Salade verte BIO
Cordon bleu
Purée aux 3 légumes
Yaourt aromatisé
Galette des Rois

Sauceson à l'ail et cornichons
Risotto de coquillettes BIO dès de volaille
du chef
Camembert
Fruits BIO de saison

Betteraves BIO en salade
Paupiette de veau au jus
Purée de courges
Fromage blanc (ferme du Chambon)
Gâteau du chef aux myrtilles

Terrine de légumes
Torsade HVE sauce tomate, basilic et fromage
Fromage les Fripons
Fruit
Mayonnaise (dosette)

🍷 EPIPHANIE

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'huile d'olive
- Ajouter un filet d'huile d'olive sur le tout
- Enfumer 15 min à 200°C

PLUS QU'À VOUS RÉGALER !



MENUS '4 SAISONS' | DU 2 FÉVRIER 2026 AU 8 FÉVRIER 2026 |

Menu standard Lorient - Déjeuner

Du 02 févr. au 08 févr.

LUNDI

Carottes râpées fraîches
Crêpe au fromage
Epinards hachés **BIO**
Yaourt aromatisé
Crêpe fraîche sucrée

CHANDELEUR

MARDI

Macédoine vinaigrette
Filet de lieu sauce citron
Gratin de pommes de terre façon
Dauphinois
Mimolette
Fruit

MERCREDI

Salade de blé au pistou
Sauté de volaille à la moutarde
Purée de courges
Verchicors
Flan chocolat

JEUDI

Betteraves en salade
Canneloni à la tomate
Chanteneige **BIO**
Fruits **BIO** de saison

VENDREDI

Salpicão (carottes, maïs, céleri, pomme)
Feijão com arroz (Bolognaise de bœuf +
haricot rouge et riz)
Yaourt nature **BIO**
Bolo de fuba du chef

CARNAVAL DE RIO

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 :

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

Préparation :

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

PLUS QU'À VOUS RÉGALER !

