

MENUS '4 SAISONS' | DU 1 SEPTEMBRE 2025 AU 28 SEPTEMBRE 2025 |

Menu standard Lorient - Déjeuner

Du 01 sept. au 07 sept.

Du 08 sept. au 14 sept.

Du 15 sept. au 21 sept.

Du 22 sept. au 28 sept.

LUNDI

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

RENTREE

Carottes râpées **BIO**
Paupiette de veau au jus
Purée de pommes de terre
Yaourt de la ferme du Chambon
Fruit de saison

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

Betteraves **BIO** en salade
Filet de lieu sauce ciboulette
Pommes vapeur
Fromage blanc nature
Fruit de saison

MARDI

Concombre vinaigrette
Tajine de poulet au citron
Semoule **BIO** safranée
Tomme du Trièves
Crème à la vanille

Salade de perles
Croq veggie à la tomate
Ratatouille du chef
Chanteneige **BIO**
Compote de pommes bananes

Salade de pommes de terre
Filet de poisson meunière
Poêlée de courgettes fraîches persillées
Mimolette
Fruits **BIO** de saison

Salade de blé au pistou
Quenelles **BIO** sauce blanche
Epinards hachés à la crème
Cantal AOP
Purée pomme fraise

MERCREDI

Salade de riz
Chickenwings
Haricots verts **BIO** à l'ail
Cantal AOP
Clafoutis aux abricots du chef

Melon vert
Filet de colin sauce crème
Haricots blancs à la tomate
Brie **BIO**
Flan vanille

Salade de haricots verts
Sauté de bœuf au jus
Tort **BIO**
Petit suisse aromatisé
Fruit de saison

Tomates fraîches **BIO** rondelle
Nugget's de volaille
Pommes noisettes
Tomme blanche
Raisin

JEUDI

Pastèque
Saucisse de Toulouse *
Coquillettes **BIO**
Yaourt nature
Gâteau basque

Betteraves **BIO** en salade
Penne à la carbonara
Saint nectaire AOP
Fruit de saison

Duo de céleri **BIO** et carottes **BIO**
rémoulade
Parmentier végétal
Fromage fondu le carré
Raisin

Salade de haricots blancs
Rôti de porc aux herbes
Ratatouille du chef
Vache picon
Fruits **BIO** de saison

VENDREDI

Macédoine Mayonnaise
Tarte chèvre tomate
Poêlée de courgettes fraîches persillées
Emmental **BIO**
Fruit de saison

Tomates fraîches **BIO** rondelle
Calamars à la romaine
Petits pois au jus
Petit suisse sucré
Gâteau noix de coco du chef

Pico de gallo (tomates, oignons, coriande, citron)
La mole poblano (volaille en sauce)
Riz **BIO**
Yaourt de la ferme du Chambon
Le pastel de tres leche
Sauce gâteau Pastel de tres leche

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'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 29 SEPTEMBRE 2025 AU 19 OCTOBRE 2025 |

Menu standard Lorient - Déjeuner

Du 29 sept. au 05 oct.

Du 06 oct. au 12 oct.

Du 13 oct. au 19 oct.

LUNDI

Salade iceberg
Paupiette de veau à la moutarde
Lentilles au jus
Emmental **BIO**
Crème caramel (Ferme du Chambon)

Taboulé **BIO** du chef
Rôti de volaille au romarin
Petits pois au jus
Petit suisse aromatisé
Fruit de saison

Carottes râpées et son aliment mystère
Sauté de bœuf sauce indienne
Purée de patate douce
Chanteneige **BIO**
Compote incognipots HVE

SEMAINE DU GOÛT

MARDI

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

Salade verte
Quenelles **BIO** à la sauce tomate
Riz aux petits légumes
Edam
Compote pomme abricot

Salade de lentilles et son aliment mystère
Boulette d'agneau et son aliment mystère
Choux fleurs persillés
Fromage blanc **BIO**
Fruit de saison

SEMAINE DU GOÛT

MERCREDI

Salade de riz **BIO**
Filet de poisson meunière
Brocolis à la béchamel
Fromage blanc (ferme du Chambon)
Brownies du chef

Carottes râpées fraîches
Boulettes de bœuf à la provençale
Semoule **BIO**
Bûche du pilat
Fruit de saison

Taboulé
Rôti de porc aux herbes
Haricots verts **BIO** persillés
Fromage mystère
Compote de pommes du chef et son aliment mystère

SEMAINE DU GOÛT

JEUDI

Velouté de potiron du chef
Macaronis à la carbonara végétale **BIO**
Yaourt nature
Fruit de saison

Tomates en salade
Filet de lieu sauce citron
Gratin de courgettes fraîches **BIO**
Fromage blanc nature
Tarte au flan

Céleri **BIO** rémoulade aux raisins secs
Filet de poisson sauce corail
Petits pois au jus
Yaourt mystère
Gâteau chocolat et son aliment mystère

SEMAINE DU GOÛT

VENDREDI

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

Velouté de légumes du chef
Lasagnes bolognaise
Vache picon
Fruits **BIO** de saison

Potage de légumes et son aliment mystère
Gratin de pâtes béchamel mystère du chef
Mimolette
Flan vanille

SEMAINE DU GOÛT

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