

MENUS '4 SAISONS' | DU 2 NOVEMBRE 2026 AU 29 NOVEMBRE 2026 |

SCO 5C s/viande - Déjeuner

	Du 02 nov. au 08 nov.	Du 09 nov. au 15 nov.	Du 16 nov. au 22 nov.	Du 23 nov. au 29 nov.
LUNDI	Salade de choux fleur vinaigrette Filet de colin sauce safranée Riz BIO Vache qui rit BIO Compote d'abricot	Salade de perles Filet de poisson meunière et citron Petits pois au jus Camembert BIO Fruit	Salade de blé au pistou Quenelles BIO sauce blanche Carottes à la crème Verchicors Liégeois au chocolat	Céleri râpé frais rémoulade Tortillas pomme de terre et oignons Haricots blanc à la tomate Fromage blanc BIO Fruit BIO de saison
MARDI	Betteraves BIO en salade Hachis de lentilles HVE et patate douce Yaourt aromatisé noix de coco (ferme Désiris) Fruit	Salade coleslaw Tortillas pomme de terre et oignons Poêlée bretonne (brocolis, choux fleurs) Gouda Compote de pommes BIO du chef	Céleri sauce tartare Filet de poisson meunière et citron Gratin de crozets Petit suisse aromatisé Fruit BIO de saison	Carottes râpées BIO Feuilleté au chèvre Poireaux frais et Pommes de terre béchamel Camembert BIO Crème au caramel
MERCREDI	Céleri râpé sauce cocktail Curry de poisson à l'indienne Coquillettes BIO Mimolette Flan vanille		Betteraves BIO en salade Oeufs durs béchamel Epinards hachés BIO Saint paulin Barre bretonne	Salade de choux fleur vinaigrette Lasagnes ricotta épinards Tomme du Trièves BIO Fruit BIO de saison
JEUDI	Salade de pommes de terre Filet de poisson à l'huile d'olive et citron Haricots verts persillés Bûchette mélangée Fruit BIO de saison	Salade iceberg Raviolis aux légumes sauce tomate Chanteneige BIO Crème à la vanille	Salade iceberg Filet de poisson sauce estragon Semoule BIO Petit moult Ail et Fine Herbes Fruit	Salade iceberg Galette végétale tomate mozzarella Purée de courges et pommes de terre Yaourt nature Tarte au chocolat
VENDREDI	Duo de choux Filet de colin sauce citron Riz BIO Fromage blanc nature Gâteau du chef framboise et speculoos	Macédoine Mayonnaise Raviolis au basilic et emmental BIO sauce crème (local) Yaourt nature BIO Beignet au chocolat	Carottes râpées BIO Filet de poisson sauce aux châtaignes Poêlée de pommes de terre et topinambourg Yaourt nature Cocktail de fruits rouge Galettes St Michel	Salade de haricots rouges Blanquette de poisson Tartare ail et fines herbes Fruit

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 !



MENUS '4 SAISONS' | DU 30 NOVEMBRE 2026 AU 27 DÉCEMBRE 2026 |

SCO 5C s/viande - Déjeuner

Du 30 nov. au 06 déc.

Du 07 déc. au 13 déc.

Du 14 déc. au 20 déc.

Du 21 déc. au 27 déc.

LUNDI

Salade de Choux **BIO**
Filet de poisson aux champignons
Lentilles au jus
Yaourt nature
Fruit



Salade coleslaw **BIO**
Brandade de poisson du chef
Tartare ail et fines herbes
Compote pomme banane



Macédoine Mayonnaise
Brandade de poisson du chef
Chanteneige **BIO**
Gâteau du chef aux myrtilles



MARDI

Salade de pépinettes
Pavé fromager
Epinards hachés **BIO**
Chanteneige **BIO**
Fruit **BIO** de saison



Taboulé
Filet de colin sauce citron
Brocolis à la béchamel
Yaourt nature
Crème onctueuse au chocolat



Salade de boulghour **BIO**
Raviolis aux lentilles carottes **BIO** sauce
crème (local)
Camembert **BIO**
Compote de pommes



MERCREDI

Macédoine Mayonnaise
Lasagnes de légumes
Emmental **BIO**
Flan vanille



Oeuf dur mayonnaise
Quenelle à la sauce tomate
Boulghour **BIO**
Petit suisse sucré
Fruit



Salade verte
Filet de poisson meunière
Pommes Duchesse
Choux vanille
Clémentine et papillote



JEUDI

Salade coleslaw **BIO**
Filet de colin sauce crème
Gratin dauphinois (pdt fraîches)
Emmental **BIO** portion
Fruit



Chou blanc **BIO** mayonnaise
Lasagnes de légumes
Tomme blanche
Donuts



Gougères au fromage
Filet de poisson à l'huile d'olive et citron
Pommes noisettes
Bûche speculoos framboise du chef
Clémentines
Papillote



VENREDI

Betteraves vinaigrette
Mafé aux haricots rouges **BIO**
Fromage blanc nature
Cake au Daim du chef



Salade de haricots verts **BIO**
Macaroni **BIO** à la bolognaise végétale **BIO**
Petit suisse **BIO** aromatisé
Ananas frais



Carottes râpées **BIO**
Crêpes au fromage
Pommes de terre rissolées aux épices
Yaourt nature
Fruit



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