

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

Vourles - 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

Steak haché au jus
Frites
Brie **BIO**
Fruit de saison
Ketchup (dosette)
Sirop de grenadine

RENTREE

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

🌱
🌱
🌱
🌱

Taboulé **BIO** du chef
Sauté de volaille au curry
Brocolis à la béchamel
Flan vanille nappé caramel

🌱
🌱
🌱
🌱

Carottes râpées **BIO**
Filet de lieu sauce ciboulette
Pommes vapeur
Fromage blanc nature

🌱
🌱
🌱
🌱

MARDI

Concombre vinaigrette
Tajine de poisson
Semoule **BIO** safranée
Crème à la vanille

🌱
🌱
🌱
🌱

Salade de perles
Croc veggie à la tomate
Ratatouille du chef
Fruit de saison
Dés de fromage

🌱
🌱
🌱
🌱

Salade de pommes de terre
Filet de poisson MSC sauce pesto
Poêlée de courgettes fraîches persillées
Fruits **BIO** de saison
Dés de fromage type Féta

🌱
🌱
🌱
🌱

Salade de blé au pistou
Quenelles **BIO** sauce blanche
Epinards hachés à la crème
Fruit de saison
Dés de fromage

🌱
🌱
🌱
🌱

MERCREDI

Omelette nature
Lentilles au jus
Cantal AOP
Clafoutis aux abricots du chef

🌱
🌱
🌱
🌱

Melon vert
Filet de colin sauce crème
Haricots blancs à la tomate
Petite tomme **BIO** du Trièves

🌱
🌱
🌱
🌱

Sauté de bœuf au jus
Torté **BIO**
Petit suisse aromatisé
Fruit de saison

🌱
🌱
🌱
🌱

Blanquette de volaille française à l'ancienne
Pommes noisettes
Tomme blanche
Raisin

🌱
🌱
🌱
🌱

JEUDI

Pastèque
Sauté de bœuf au jus
Coquillettes **BIO**
Yaourt nature

🌱
🌱
🌱
🌱

Sauté de Porc **BIO** forestier
Boulghour **BIO**
Saint nectaire AOP
Fruit de saison

🌱
🌱
🌱
🌱

Duo de céleri **BIO** et carottes **BIO**
rémoulade
Parmentier végétal
Raisin
Dés de fromage

🌱
🌱
🌱
🌱

Salade de lentilles **BIO**
Rôti de porc aux herbes
Ratatouille du chef
Fruits **BIO** de saison
Dés de fromage type Féta

🌱
🌱
🌱
🌱

VENREDI

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

🌱
🌱
🌱
🌱

Tomates fraîches **BIO** rondelle
Calamars à la romaine
Petits pois au jus
Gâteau noix de coco du chef
Billes de mozzarella

🌱
🌱
🌱
🌱

Pico de gallo (tomates, oignons, coriande, citron)
La mole poblano (volaille en sauce) français
Riz **BIO**
Le pastel de tres leche

🌱
🌱
🌱
🌱

Concombre vinaigrette
Sauté de bœuf sauce paprika
Semoule **BIO**
Yaourt aromatisé

🌱
🌱
🌱
🌱

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 |

Vourles - Déjeuner

Du 29 sept. au 05 oct.

Du 06 oct. au 12 oct.

Du 13 oct. au 19 oct.

LUNDI

Salade iceberg
Filet de poisson sauce ensoleillée
Pommes de terre **BIO** vapeur
Crème caramel (Ferme du Chambon)



Rôti de volaille au romarin
Pépinettes
Tomme grise d'Auvergne
Fruit de saison



Carottes râpées et son aliment mystère
Curry de poisson à l'indienne
Purée de patate douce
Compote incognipots HVE



SEMAINE DU GOÛT

MARDI

Salade mexicaine (haricots blanc et rouges, maïs)
Sauté de volaille au curry
Carottes **BIO** persillées
Fruit de saison
Dés de fromage type Féta



Salade verte
Quenelles **BIO** à la sauce tomate
Riz aux petits légumes
Yaourt nature **BIO**



Salade de lentilles et son aliment mystère
Boulette d'agneau et son aliment mystère
Choux fleurs persillés
Fruit de saison
Dés de fromage type Féta



SEMAINE DU GOÛT

MERCREDI

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



Boulettes de boeuf à la provençale
Semoule **BIO**
Bûche du pilat
Fruit de saison



Rôti de porc aux herbes
Riz **BIO** à la tomate
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**
Tarte au flan



Sauté de bœuf au jus
Petits pois au jus
Yaourt mystère
Gâteau chocolat et son aliment mystère



SEMAINE DU GOÛT

VENREDI

Chou blanc **BIO** mayonnaise
Steack Haché VBF sauce Forestière
Purée de pommes de terre
Bûchette mélangée



Rôti de boeuf paleron (VBF)
Torti **BIO**
Petite tomme **BIO** du Trièves
Fruits **BIO** de saison



Potage de légumes et son aliment mystère
Gratin de pâtes béchamel mystère du chef
Mimolette
Fruit de saison



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
- Epices 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



LOCAL



DU CHEF



LABELS (EGALIM)

SOUS RÉSERVE DE MODIFICATIONS