

MENUS '4 SAISONS' | DU 23 FÉVRIER 2026 AU 22 MARS 2026 |

Vourles - Déjeuner

Du 23 févr. au 01 mars

Du 02 mars au 08 mars

Du 09 mars au 15 mars

Du 16 mars au 22 mars

LUNDI

Taboulé **BIO**
Roulé au fromage
Haricots verts persillés
Fruit

VÉGÉTARIEN

Salade de pommes de terre
Sauté de boeuf aux oignons
Carottes fraîches **BIO** persillées
Compote pomme framboise
Dés de fromage

Hachis de lentilles HVE et patate douce
Salade iceberg (accompagnement)
Carré du Trièves **BIO**
Fruit

VÉGÉTARIEN

Radis nature
Emincé de Volaille à la Crème (français)
Pommes noisettes
Cantal AOP
Beurre

MARDI

Carottes râpées **BIO**
Colombo de volaille française
Pommes campagnardes
Brie

Salade iceberg
Calamars à la romaine
Petits pois au jus
Yaourt nature **BIO**

Maïs en salade
Sauté de porc aux olives
Purée de céleri
Fromage blanc nature

Salade de perles
Filet de poisson meunière
Chou fleur **BIO** béchamel
Petit suisse **BIO** aromatisé

MERCREDI

Betteraves **BIO** en salade
Boulettes de boeuf sauce tomate
Torti **BIO**
Fruit
Fromage râpé

Chou blanc **BIO** mayonnaise
Filet de poisson sauce paprika
Pommes de terre **BIO** vapeur
Gâteau du chef au yaourt

Salade de blé à l'orientale
Paupiette de veau au jus
Brocolis persillés
Yaourt nature **BIO** Local (vrac)

Croq veggie à la tomate
Riz **BIO**
Emmental
Compote de poires du chef

JEUDI

Salade verte fraîche
Sauté de bœuf au jus
Purée de courges
Gâteau du chef framboise et speculoos
Dés de fromage

Salade de pâtes **BIO**
Chipolatas au jus
Poireaux frais et Pommes de terre
béchamel
Flan vanille

Salade verte **BIO**
Kjottkaker (boulettes de viandes) sauce aux
airelles
Pommes vapeur
Gâteau à la rhubarbe et aux amandes
Dés de fromage type Féta

RETOUR DU SOLEIL

Céleri râpé frais **BIO** rémoulade
Sauté de bœuf au jus
Purée de carottes
Barre bretonne
Dés de fromage type Féta

VENDREDI

Salpicao (carottes, maïs, céleri, pomme)
Poisson à la mexicaine
Riz **BIO**
Crème vanille ferme du Chambon (vrac)

TEX MEX

Pois chiches et légumes couscous
Semoule **BIO**
Bûchette mélangée
Fruit

VÉGÉTARIEN

Pizza fraîche au fromage
Filet de colin sauce citron
Epinards hachés **BIO**
Fruit
Croûtons

VÉGÉTARIEN

Potage parmentier
Gratin savoyard coquillettes **BIO** et
poireaux
Fruits **BIO** de saison

VÉGÉTARIEN

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 :

- Epluchures 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



SOUS RÉSERVE DE MODIFICATIONS

MENUS '4 SAISONS' | DU 23 MARS 2026 AU 5 AVRIL 2026 |

Vourles - Déjeuner

Du 23 mars au 29 mars

Du 30 mars au 05 avr.

LUNDI

Salade de pomme de terre **BIO**
Steak haché au jus
Poêlée bretonne (brocolis, choux fleurs)
Yaourt nature **BIO**

Quenelles **BIO** sauce blanche
Riz **BIO**
Emmental **BIO**
Fruits **BIO** de saison

VÉGÉTARIEN

MARDI

Crèmeux de lentilles HVE et patate douce
au cheddar fondant
Salade iceberg (accompagnement)
Crème caramel (Ferme du Chambon)

Radis nature
Filet de poisson sauce safranée
Purée de patate douce
Yaourt nature
Beurre

VÉGÉTARIEN

MERCREDI

Escalope viennoise
Farfalles à la tomate
Gouda
Fruits **BIO** de saison

Salade de pois chiches à l'italienne
Sauté de bœuf façon bourguignon
Carottes fraîches **BIO** persillées
Flan vanille nappé caramel

JEUDI

Sauté de volaille sauce paëlla (français)
Riz **BIO**
Camembert
Fruit

Boulettes d'agneau sauce tomate
Flageolets au jus
Fromage blanc (ferme du Chambon)
Gâteau de Pâques du chef
Oeufs de Pâques en chocolat

PAQUES

VENDREDI

Carottes râpées fraîches
Moules à la crème
Frites
Gâteau du chef à la fleur d'oranger
Dés de fromage type Féta

Penne à la carbonara
Salade verte fraîche (accompagnement)
Carré du Trièves **BIO**
Ananas frais

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