



MENUS '4 SAISONS' | DU 05 MAI 2025 AU 01 JUIN 2025 |

Vourles s/viande - Déjeuner

Du 05 mai au 11 mai

Du 12 mai au 18 mai

Du 19 mai au 25 mai

Du 26 mai au 01 juin

LUNDI

Céleri frais **BIO** râpé vinaigrette
Lasagnes de légumes
Compote de Pommes **BIO**
Dés de fromage



Concombre vinaigrette
Filet de poisson sauce tomate basilic
Purée aux 3 légumes
Yaourt nature **BIO** Local (vrac)



Salade de perles
Dés d'emmental
Oeufs durs béchamel
Epinards hachés à la crème
Fruit de saison



Concombres frais à la ciboulette
Filet de poisson sauce tomate basilic
Printanière de légumes
Pont L'Eveque AOP



MARDI

Roulé au fromage
Petits pois au jus
Petit suisse **BIO** aromatisé
Fruits **BIO** de saison



Oeufs durs à la piperade
Lentilles au jus
Saint nectaire AOP
Fruit de saison



Salade verte **BIO**
Filet de poisson sauce ensoleillée
Semoule **BIO**
Fromage blanc (ferme du Chambon)



Salade de lentilles **BIO**
Crique au cantal
Salade verte fraîche (accompagnement)
Yaourt nature **BIO** Local (vrac)



MERCREDI

Filet de poisson sauce basquaise
Pommes noisette
Camembert
Fruit de saison



Taboulé **BIO** du chef
Blanquette de poisson
Poêlée bretonne **BIO** (Chou fleur, brocolis)
Fromage blanc nature



Bolognaise végétale **BIO**
Coquillettes **BIO**
Coulommiers
Fruit de saison



Courgettes fraîches râpées vinaigrette
Dés de fromage
Omelette au coulis de tomate
Purée de pommes de terre **BIO**
Gâteau du chef framboise et speculoos



JEUDI

Salade de tomates fraîches et maïs
Dés de fromage type fêta
Boulettes de blé façon thaï
Polenta
Gâteau du chef au yaourt



Salade de pomme de terre **BIO**
Filet de poisson sauce paprika
Courgettes fraîches à la béchamel
Cantal AOP



VENDREDI

Tomates fraîches **BIO** rondelle
Omelette **BIO**
Poêlée de courgettes fraîches et pommes de terre
Fromage blanc nature **BIO** Local (vrac)



Quenelles sauce aurore
Riz **BIO**
Tomme grise d'Auvergne
Fruit de saison



Coleslaw **BIO** du chef
Fishburger
Frites
Yaourt à boire
Ketchup (flacon)



AMERICAIN

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 !





MENUS '4 SAISONS' | DU 02 JUIN 2025 AU 29 JUIN 2025 |

Vourles s/viande - Déjeuner

Du 02 juin au 08 juin

Du 09 juin au 15 juin

Du 16 juin au 22 juin

Du 23 juin au 29 juin

LUNDI

Filet de colin sauce citron
Purée de pommes de terre **BIO**
Fromage bleu **BIO**
Fruit de saison



Pastèque **BIO**
Filet de poisson sauce safranée
Pommes boulangères
Crème au Praliné



Taboulé **BIO** du chef
Crêpe au fromage
Petits pois et carottes au jus
Yaourt de la ferme du Chambon



MARDI

Pastèque
Pavé fromager
Pommes paillason
Carré du Trièves **BIO**



Tarte au fromage fraîche
Pommes de terre en salade
Fromage blanc (ferme du Chambon)
Fruit de saison



Filet de poisson meunière
Aubergines fraîches et pommes de terre provençale
Carré du Trièves **BIO**
Fruits **BIO** de saison



Pastèque
Dahl de lentilles **BIO** et pois carrés **BIO**
carottes et crèmes de coco
Verchicors **BIO**



MERCREDI

Salade Mexicaine (Haricots Blanc et Rouges, Maïs)
Boulettes tomate mozzarella
Carottes fraîches aux petits oignons
Petit suisse **BIO** aromatisé



Filet de colin sauce curry
Pommes Duchesse
Verchicors **BIO**
Fruit de saison



Concombre vinaigrette
Quenelles **BIO** sauce aurore
Purée de patate douce
Fromage blanc **BIO**



Salade de pâtes tricolores
Filet de poisson sauce paprika
Tagliatelles de courgettes fraîches
Fruits **BIO** de saison
Dés de fromage



JEUDI

Salade coleslaw
Dés de fromage
Calamars à la romaine
Petits pois au jus
Cake au Daim du chef



Melon jaune
Blanquette de poisson
Semoule **BIO**
Crème chocolat (ferme du Chambon)



Chakalaka (h.blanc **BIO**, pois chiches **BIO**, légumes)
Riz **BIO**
Saint nectaire AOP
Fruit de saison



Salade verte fraîche
Thon mayonnaise
Pommes de terre en salade
Flan vanille nappé caramel



VENREDI

Tomates fraîches **BIO** rondelle
Mozzarella
Chili sin carne
Riz **BIO**
Fruit de saison



Salade de lentilles aux échalotes
Dés de fromage type féta
Filet de poisson sauce tomate basilic
Ratatouille du chef
Fruit de saison



Carottes râpées **BIO**
Dés de fromage
Oeufs durs
Salade de pâtes
Gâteau du chef aux pépites de chocolat
Mayonnaise (flacon)



Pois chiches et légumes couscous
Purée de céleri
Fourme d'Ambert AOP
Clafoutis du chef aux cerises



EXPRESSION CERISE

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 !





Vourles s/viande - Déjeuner

Du 30 juin au 06 juil.

LUNDI

Moules à la crème
Frites
Carré du Trièves **BIO**
Compote

MARDI

Salade de pois chiches **BIO** à la marocaine
Dés de fromage type fêta
Tortillas pomme de terre et oignon
sHaricots verts
Fruits **BIO** de saison

MERCREDI

Melon jaune
Macaronis à la carbonara végétale **BIO**
Petite tomme **BIO** du Trièves
Crème dessert **BIO**

JEUDI

Betteraves en salade
Quenelles **BIO** sauce blanche
Carottes fraîches **BIO** persillées
Fromage blanc nature **BIO** Local (vrac)

VENDREDI

Pique-nique de fin d'année

VACANCES

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 !

