

SEMAINE DU 28 septembre au 02 octobre 2026

	LUNDI 28 Septembre	MARDI 29 Septembre	MERCREDI 30 Septembre	JEUDI 01 Octobre	VENDREDI 02 Octobre
Entrée	Croque Monsieur	Pomelos	Salade de moules aux oranges 	Terrine de Thon aux câpres	Jambon sec
	Pomelos	Salade de spaghetti à la Chinoise 	Taboulé aux légumes 	Chou-fleur Vinaigrette, tomate et olive 	Sardine à la tomate
	Salade de tomate 	Macédoine mayonnaise	Copie de Mâche emmental et croûtons 	Salade de fruits de mer à la catalane 	Salade lentilles 
	Salade verte, thon et croûtons 	Gaspacho de concombres et Féta 		Salsa de concombres 	Pomelos
		Salade verte, thon et croûtons		Salade verte dés de jambon et croûtons	Salade verte dés de jambon et croûtons
Plat principal	Blanquette de veau 	Escalope panée végétal	Boudin noir aux oignons 	Steak haché de bœuf	Cordon bleu végétal
	Omelette nature 	Filet de poulet sauce aux légumes 	Tortilla aux pommes de terre et oignons	Pain Végétarien 	Matelotte de colin aux courgettes sauce et à la sauce curcuma 
Accompagnement	Tajine de légumes et abricot	Poêlée aux brocolis et champignons 	Pommes fondantes 	Courge Butternut Rôtie 	Haricots verts
	Semoule	Farfalles	Flageolets 	Riz Basmati créole 	Potatoes nature
Fromage /Laitage	Saint-Nectaire / Beaufort	Camembert / Emmental	Roquefort	Cantal jeune	Cantafrais - Comté
	Yaourt aux fruits	Yaourt nature	Yaourt nature et sucre	Yaourt aux fruits mixés	Yaourt brassé
Dessert	Raisin	Entremets mandarine et nougat	Poire	Banane	Raisin
	Crème dessert	Bâtonnet glacé	Chou à la crème pâtissière	Beignet fourré framboise	Ananas au sirop
	Compote	Nectarine		Crème renversée vanille	Tarte au sucre - Galette de Pérouge
	Pain Pavé bio				

MENU CONSEILLE PAR LA DIETETICIENNE :

- 1 crudité (en entrée ou en dessert)
- 1 portion protidique
- 1 portion en légumes cuits si féculents, ou l'inverse
- 1 produit laitier

Les entrées et plats proposés sont élaborés en cuisine à partir de produits de qualités : fruits et légumes en circuit court, viandes fraîches de la région Auvergne Rhône-Alpes



plat composé entièrement cuisiné avec des produits frais

La providseure,

G. PROMPT-BAZIN

"Menus conformes au GEMRCN"
(version juillet 2015), validés par Pascale
QUINON Diététicienne Nutritionniste