

MENUS '4 SAISONS' | DU 12 JANVIER 2026 AU 18 JANVIER 2026 |

Menu scolaire Self sans viande - Déjeuner

Du 12 janvier au 18 janvier

LUNDI

Carottes râpées fraîches à l'orange
Céleri râpé frais **BIO** rémoulade
Ravioli ricotta épinards **BIO** sauce tomate
Fromage fondu de Brebis
Fromage fondu le carré
Fruit



MARDI

Salade de lentilles aux échalotes
Taboulé **BIO**
Filet de colin sauce citron
Petits pois au jus
Carré du Trièves
Tomme du Trièves **BIO**
Compote de pommes bananes
Compote pomme framboise



MERCREDI

Pamplemousse rose
Salade iceberg
Quenelle à la sauce tomate
Carottes fraîches aux petits oignons
Velouté fruits mixé
Yaourt nature
Gâteau basque



JEUDI

Velouté de potiron du chef
Mafé aux haricots rouges **BIO**
Camembert
Pont L'Evêque AOP
Fruits **BIO** de saison



VENDREDI

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 !



SOUS RÉSERVE DE MODIFICATION

PRATIQUE JE ME REPÈRE DANS LE MENU



LOCAL



DU CHEF



LABELS (EGALIM)