



MENUS '4 SAISONS' | DU 03 FÉVRIER 2025 AU 23 FÉVRIER 2025

Solaize - Menu Maternelle

Du 03 févr. au 09 févr.

Du 10 févr. au 16 févr.

Du 17 févr. au 23 févr.

LUNDI

Salade de pâtes **BIO**
Sauté de volaille Label Rouge à la dijonnaise
/Tarte au fromage
Poêlée de chou fleur **BIO** persillé
Verchicors **BIO**
Crème vanille (ferme du Chambon)



Salade de brocolis **BIO**
Tajine de boeuf RAV
/Tajine de poisson MSC
Semoule **BIO**
Petit suisse **BIO** aromatisé
Fruit **BIO** de saison



Taboulé **BIO** du chef
Filet de lieu sauce ciboulette
Carottes **BIO** persillées
Comté AOP
Fruit de saison



MARDI

Salade de choux fleurs **BIO**
Stifado de boeuf race à viande
/Calamar à la romaine
Gratin de panais frais et pommes de terre
Tomme du Trièves **BIO**
Fruit de saison



Salade verte **BIO**
Quenelles **BIO** sauce blanche
Petits pois au jus
Emmental **BIO**
Gâteau du chef framboise et speculoos



Céleri râpé frais **BIO** rémoulade
Steack haché au jus
/Poisson pané
Potatoes
Fromage bleu **BIO**
Crème dessert **BIO**



MERCREDI

JEUDI

Terrine de poisson
Cubes de poisson blanc aux 3 céréales
Riz **BIO** à la tomate
Fourme d'Ambert AOP
Compote de poires du chef
Sauce fromage blanc pour terrine



Potage crecy
Brandade de poisson du chef
Yaourt nature **BIO**
Fruit de saison



Betteraves **BIO** en salade
Bolognaise végétale **BIO**
Tortì **BIO**
Saint paulin **BIO**
Fruit **BIO** de saison



EXPRESSION POISSON

VENREDI

Carottes râpées **BIO**
Crêpe au fromage
Epinards hachés à la crème
Yaourt **BIO** à la vanille
Crêpe fraîche sucrée



Chou blanc **BIO** mayonnaise
Sauté de porc **BIO** forestier
/Oeufs durs **BIO** piperade
Purée aux 3 légumes
Livarot AOP
Compote pomme framboise



Salade de pois chiches à l'italienne
Rôti de boeuf paleron
/Galette végétale tomate mozzarella
Haricots verts **BIO** persillés
Yaourt de la ferme du Chambon
Gâteau au yaourt du chef



CHANDELEUR

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 !

