



Menu scolaire Sainte Foy les Lyon

Du 02 sept. au 08 sept.

Du 09 sept. au 15 sept.

Du 16 sept. au 22 sept.

Du 23 sept. au 29 sept.

LUNDI

Tortillas chips et rillettes de thon Grenadine
Steack haché au jus
Pommes noisettes Ketchup
Camembert **BIO**
Fruit de saison  **Menu « Vive la rentrée ! »**

Concombre **BIO** frais façon Tzatziki
Sauté de bœuf **BIO** à la provençale
Pommes de terre **BIO** persillées
Yaourt de la ferme du Chambon
Compote de poires du chef

Taboulé **BIO** du chef
Sauté de volaille label rouge au curry
Brocolis **BIO** béchamel
Crème dessert **BIO**

Salade composée (salade, croûtons, fromage)
Filet de lieu sauce ciboulette
Coquillettes **BIO**
Fromage râpé
Yaourt nature **BIO** Local (vrac)

MARDI

Pastèque
Tajine de poisson MSC
Semoule **BIO** safranée
Tomme du Trièves **BIO**
Crème dessert **BIO**

Salade de perles
Croq veggie à la tomate
Ratatouille du chef
Cantal AOP
Fruit **BIO** de saison

Salade de pâtes **BIO**
Filet de poisson MSC sauce pesto
Courgettes fraîches **BIO** persillées
Carré du Trièves **BIO**
Fruit **BIO** de saison


Quenelles **BIO** sauce blanche
Epinards hachés **BIO**
Croûtons
Cantal AOP
Fruit **BIO** de saison

MERCREDI

JEUDI

Tomates fraîches **BIO** rondelle
Jambon blanc
Jambon de volaille
Coquillettes **BIO** Fromage râpé
Compote de pommes **BIO** du chef

Rillettes de thon
Sauté de porc au jus
Sauté de volaille au jus
Boullghour **BIO**
Saint nectaire
Fruit de saison

 **MENU : « Être rouge comme une tomate »**
Tarte chèvre tomate fraîche
Carottes fraîches **BIO** à la crème
Vache qui rit **BIO**
Gâteau aux poires du chef

Salade de haricots blancs
Rôti de porc aux herbes
Rôti de volaille aux herbes
Ratatouille du chef
Comté AOP
Fruit **BIO** de saison

VENREDI

Macédoine mayonnaise
Rigolo au fromage
Poêlée de courgettes fraîches persillées
Emmental **BIO**
Fruit de saison

Filet de poisson sauce paprika
Poêlée de légumes **BIO**
Yaourt **BIO** à la vanille
Gâteau noix de coco du chef
Coulis de fruits

Rôti de bœuf paleron (VBF)
Riz **BIO**
Fromage blanc aromatisé
Raisin

Concombre vinaigrette
Sauté de bœuf au paprika
Semoule **BIO**
Yaourt de la ferme du Chambon
Gâteau aux pépites de chocolat du chef

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 :

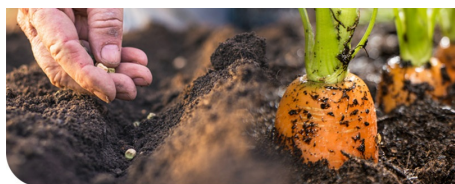
- Epluchures de légumes
- Huile d'olive
- Epices de votre choix : paprika, cumin, herbes, ail...
- Sel

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 !





MENUS '4 SAISONS' | DU 30 SEPTEMBRE 2024 AU 20 OCTOBRE 2024

Menu scolaire Sainte Foy les Lyon

Du 30 sept. au 06 oct.

Du 07 oct. au 13 oct.

Du 14 oct. au 20 oct.


LUNDI

Salade iceberg et dés de fromage
Filet de poisson sauce ensoleillée
Pommes de terre **BIO** vapeur
Crème au Caramel



Taboulé **BIO** du chef
Rôti de volaille à la moutarde
Petits pois **BIO** au jus
Petit suisse **BIO** aromatisé



 **En prendre de la graine !**
Salade de boulghour **BIO**
Pavé fromager
Choux fleurs persillés
Fromage blanc **BIO**
Flocon d'avoine



MARDI

Pâté en croûte
Pâté de volaille
Sauté de volaille label rouge au curry
Carottes **BIO** persillées
Fourme d'Ambert AOP
Fruit de saison



Salade verte Croûtons
Quenelles **BIO** à la sauce tomate
Poêlée bretonne **BIO** (Chou fleur, brocolis)
Comté AOP
Compote pomme framboise



Céleri râpé frais **BIO** rémoulade au sésame
Sauté de porc au miel
Emincé de volaille au miel
Torti **BIO** Fromage râpé
Carré du Trièves **BIO**
Fruit **BIO** de saison



En prendre de la graine !

MERCREDI


JEUDI

Velouté de potiron du chef
Ravioli ricotta épinards **BIO** sauce tomate
Yaourt nature **BIO**
Fruit **BIO** de saison



Tomate en salade
Filet de lieu sauce citron
Gratin de courgettes fraîches **BIO**
Yaourt nature **BIO** Local (vrac)
Gâteau au yaourt du chef



 **En prendre de la graine !**
Cake courge fromage graine de courges du chef
Filet de poisson sauce corail
Poêlée de légumes **BIO**
Barre de céréale aux fruits rouges




VENREDI

Chou blanc **BIO** mayonnaise
Steack Haché VBF sauce Forestière
Riz **BIO**
Saint nectaire
Compote de pommes **BIO** du chef



Sauté de boeuf **BIO** à la provençale
Pâtes **BIO** Fromage râpé
Petite tomme **BIO** du Trièves
Fruit **BIO** de saison



 **En prendre de la graine !**
Salade de mâche graines de tournesol vinaigrette aux agrumes
Rôti de boeuf paleron (VBF)
Riz 3 couleurs
Gouda au Cumin
Crème dessert **BIO**



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 !

