



Semaine 45  
Du 07 au 11 novembre

Semaine 46  
Du 14 au 18 novembre

Semaine 47  
Du 21 au 25 novembre

Semaine 48  
Du 28 novembre  
au 02 décembre

Semaine 49  
Du 05 au 09 décembre

LUNDI

Salade de riz (riz bio)  
Médailon de merlu  
à la ciboulette  
Brocolis  
Fromage à tartiner  
Compote pomme coing

\*\* Pané au fromage

Salade de betteraves  
Cocotte de poulet basquaise  
Pâtes chinoises  
sautées aux légumes  
Délice à l'emmental  
Orange

\*\* Sauté végétal  
sauce basquaise

Macédoine de légumes  
à la vinaigrette  
Emincé de bœuf stroganoff  
Lentilles à la ménagère  
Fromage frais  
Poire

\*\* Croque tofu  
à la provençale

MARDI

Salade grecque  
Sauté de bœuf  
au piment d'Espelette  
Mini coques  
Mimolette  
Yaourt nature + sucre

\*\* Allumettes végétales  
à la ciboulette

Salade coleslaw  
Tajine de veau au citron  
Semoule  
Cancoillotte  
Fromage blanc  
au spéculoos

\*\* Galette de haricots  
rouges

Taboulé  
Filet de colin sauce matelote  
Gratin de salsifis  
aux légumes  
Tomme blanche  
Pomme

\*\* Grinioc à l'épeautre  
sauce crème

MERCREDI

Salade de pommes de terre  
Palette à la diable  
Courgettes aux herbes  
Fromage à tartiner  
Salade de fruits

\* Rôti de dinde au raifort  
\*\* Steak végétal

Feuilleté au fromage  
Fricassée de poisson  
sauce Nantua  
Epinards à la crème  
Munster AOP  
Banane

\*\* Boulette fallafel

Salade de courgettes  
Sauté de porc sauce paysanne  
Gnocchis  
Saint Nectaire  
Petits suisses aux fruits

\* Sauté de dinde  
sauce paysanne  
\*\* Escalope végétale  
sauce paysanne

JEUDI

**Repas végétarien**  
Salade de quinoa  
Poêlée de pois chiche  
Ratatouille  
Saint Paulin  
Pomme

Salade de céleri au curry  
Cordon bleu de volaille  
Purée de haricots verts  
Camembert  
Iles flottantes

\*\* Cordon bleu végétarien

**Repas végétarien**  
Salade de concombres  
Chili de légumes  
Pépinettes  
Chèvre  
Yaourt à boire

VENDREDI

**Armistice**

**Repas végétarien**  
Salade de carottes  
Spaetle and cheese  
Comté  
Clémentines

**Repas manger main**  
Légumes à croquer  
Bouchées manger main  
Potatoes au paprika  
Fromage blanc antillais  
Crêpes

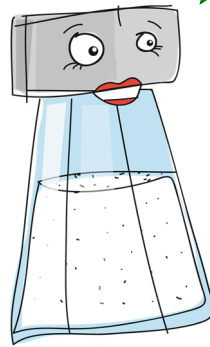
\*\* Bouchées manger main  
sans viande



**Tout sur ... le chou**

Blanc, vert, rouge, pommé,  
fleur, brocoli, kale, de  
Bruxelles ou romanesco : le  
chou joue la carte de la  
diversité ! Il se décline en une  
multitude de légumes dont on  
consomme les feuilles ou les  
fleurs. Toutes les variétés  
appartiennent à une même  
famille botanique, les  
crucifères – à laquelle se  
rattachent aussi les navets et  
les radis, par exemple.  
Cru sous forme de salade, le  
chou se cuisine aussi en  
veloutés, en potées, en gratins,  
en choucroute...

*Et vous, quelle est votre  
recette préférée?*



Salade de pâtes (pâtes bio)  
Filet de hoki sauce aurore  
Duo de haricots  
Savaron  
Compote pommes  
caramel HVE

\*\* Steak de soja tomate  
basilic

**Repas végétarien**

Salade de carottes  
Hachi parmentier  
de céleri végétal  
Fromage à coque rouge  
Banane

Salade d'endives  
Cuisse de poulet grillée  
Petits pois à la française  
Bleu  
Clémentines

\*\* Soufflé de légumes

Salade de blé  
Emincé de bœuf  
sauce grand-mère  
Caponata italienne  
Fromage à tartiner  
Fromage blanc  
à la framboise

\*\* Emincé végétal  
sauce au fromage

Radis + Beurre  
Choucroute garnie  
Fol Epi  
Yaourt nature + sucre

\* Choucroute saucisse  
de volaille  
\*\* Choucroute saucisse  
végétale

**Repas végétarien  
100 % BIO**

Panier maraicher  
Boulettes de flageolets  
Carottes à la crème  
Fromage à tartiner  
Petits suisses aux fruits

Salade de pommes de terre  
Sauté de dinde au paprika  
Légumes du soleil  
Munster AOC  
Orange

\*\* Grillardin végétal

**Repas blanc**

Salade de céleri  
Filet de colin  
sauce au fromage  
Riz pilaf  
Fromage nature  
Tarte au fromage blanc

\*\* Sauté de tofu  
sauce au fromage

Salade verte

Spaghetti à la carbonara  
Fromage aux fines herbes  
Cocktail de fruits

\*/\*\* Spaghetti à la  
carbonara végétale

Salade de chou blanc  
au cumin  
Bœuf bourguignon  
Curry de légumes  
Gouda  
Pomme

\*\* Galette de céréales  
sauce brune

Produits issus de l'agriculture biologique

Fruits et légumes de saison

Produits locaux

\* Repas sans porc

\*\* Repas sans viande

Menus susceptibles de varier selon les approvisionnements

En cas de question sur les allergènes, merci de contacter  
le responsable de l'accueil périscolaire.