



MENUS '4 SAISONS' | DU 05 MAI 2025 AU 01 JUIN 2025 |

Menu Francheville - Déjeuner

Du 05 mai au 11 mai

Du 12 mai au 18 mai

Du 19 mai au 25 mai

Du 26 mai au 01 juin

LUNDI

Lasagnes bolognaise
/Lasagnes de légumes
Cantal AOP
Compote de Pommes **BIO**



Concombre vinaigrette
Cappelletti ricotta épinards sauce
crème
Yaourt nature **BIO**



Tomates fraîches **BIO** rondelle
Galette végétale tomate mozzarella
Epinards hachés à la crème
Crème dessert **BIO**
Croûtons



Filet de poisson sauce tomate basilic
Jardinière de légumes
Verchicors
Beignet aux pommes



MARDI

Roulé au fromage
Petits pois au jus
Petit suisse **BIO** aromatisé
Fruits **BIO** de saison



Rôti de porc au jus
/Oeufs durs à la piperade
Lentilles au jus
Saint nectaire AOP
Crème caramel (Ferme du Chambon)



Salade verte **BIO**
Filet de poisson sauce ensoleillée
Semoule **BIO**
Fromage blanc (ferme du Chambon)



Salade de lentilles **BIO**
Crique au cantal
Piperade
Yaourt nature **BIO**



MERCREDI

Carottes râpées **BIO**
Gardianne de boeuf
/Filet de poisson sauce basquaise
Gardianne de boeuf
Haricots blancs à la tomate
Flan chocolat



Taboulé **BIO** du chef
Blanquette de poisson
Poêlée bretonne **BIO** (Chou fleur,
brocolis)
Fromage blanc nature



Bolognaise végétale **BIO**
Coquillettes **BIO**
Vache qui rit **BIO**
Compote de pommes **BIO** du chef



Salade iceberg
Chipolatas au jus
Omelette au coulis de tomate
Purée de pommes de terre **BIO**
Gâteau du chef framboise et speculoos



JEUDI

Sauté de boeuf **BIO** aux épices
/Boulettes de blé façon thai
Ratatouille du chef
Camembert
Gâteau du chef au yaourt



Sauté de veau au paprika
/Quenelles **BIO** à la sauce tomate
Poêlée de courgettes fraîches persillées
Cantal AOP
Fruits **BIO** de saison



VENDREDI

Omelette **BIO**
Poêlée de courgettes fraîches et
pommes de terre
Bûchette mélangée
Eclair à la vanille



Terrine de campagne *
/Rilette de thon
Filet de colin sauce curry
Riz **BIO**
Fruits **BIO** de saison
Cornichons



Coleslaw **BIO** du chef
Cheesburger
/Fishburger
Pommes noisette
Brownies du chef
Ketchup (dosette)



AMERICAIN

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 02 JUIN 2025 AU 29 JUIN 2025

Menu Francheville - Déjeuner

Du 02 juin au 08 juin

Du 09 juin au 15 juin

Du 16 juin au 22 juin

Du 23 juin au 29 juin

LUNDI

Carottes râpées **BIO**
Brandade de poisson
Yaourt **BIO** à la vanille



Melon jaune
Filet de poisson sauce safranée
Coquillettes **BIO**
Flan vanille nappé caramel **BIO**



Taboulé **BIO** du chef
Crêpe au fromage
Sauté de porc au jus
Petits pois et carottes au jus
Yaourt de la ferme du Chambon



MARDI

Pastèque
Steak haché au jus
/Pavé fromager
Haricots verts **BIO** à l'ail
Carré du Trièves **BIO**



Gaspacho
Tarte au fromage
Carottes **BIO** persillées
Fromage blanc (ferme du Chambon)



Sauté de bœuf au jus
/Filet de poisson meunière
Aubergines fraîches et pommes de terre provençale
Carré du Trièves **BIO**
Fruits **BIO** de saison



Pastèque
Dahl de lentilles **BIO** et pois carrés **BIO**
carottes et crèmes de coco
Verchicors **BIO**



MERCREDI

Salade Mexicaine (Haricots Blanc et Rouges, Maïs)
Aiguillettes de poulet au thym
/Filet de lieu sauce ciboulette
Carottes fraîches aux petits oignons
Petit suisse **BIO** aromatisé



Carry de porc *
/Filet de colin sauce curry
Pommes Duchesse
Verchicors **BIO**
Fruits **BIO** de saison



Concombre vinaigrette
Quenelles **BIO** sauce aurore
Haricots verts **BIO** à l'ail
Yaourt nature **BIO**



Salade de pâtes tricolores
Sauté de volaille label rouge au paprika
/Filet de poisson sauce paprika
Tagliatelles de courgettes fraîches
Fruits **BIO** de saison



JEUDI

Calamars à la romaine
Brocolis **BIO** persillés
Yaourt de la ferme du Chambon
Cake au Daim du chef



Pastèque
Lasagnes bolognaise
/Lasagnes ricotta épinards
Crème chocolat (ferme du Chambon)



Chakalaka (h.blanc **BIO**, pois chiches **BIO**, légumes)
Riz **BIO**
Saint nectaïre AOP
Fruit de saison



Filet de poisson
Salade niçoise
Emmental **BIO**
Tarte aux pommes
Mayonnaise (dosette)



VENDREDI

Chili sin carne
Riz **BIO**
Tomme blanche
Fruits **BIO** de saison



Filet de poisson sauce tomate basilic
Ratatouille du chef
Brie **BIO**
Fruit de saison



Rôti de volaille froid (français)
/Oeufs durs
Macédoine vinaigrette
Fromage blanc nature **BIO** Local (vrac)
Gâteau du chef aux pépites de chocolat
Mayonnaise (dosette)



Concombre vinaigrette
Sauté de boeuf **BIO** à la provençale
/Pois chiches et légumes couscous
Semoule **BIO**
Clafoutis du chef aux cerises



EXPRESSION CERISE

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 !





BIEN MANGER en restauration collective

C'est possible !

MENUS '4 SAISONS' | DU 30 JUIN 2025 AU 06 JUILLET 2025

Menu Francheville - Déjeuner

Du 30 juin au 06 juil.

LUNDI

Moules à la crème
Riz **BIO**
Carré du Trièves **BIO**
Compote



MARDI

Salade de pois chiches **BIO** à la marocaine
Sauté de volaille label rouge au curry
/Tortillas pomme de terre et oignons
Gratin de courgettes fraîches **BIO**
Fruits **BIO** de saison



MERCREDI

Melon jaune
Macaronis à la carbonara végétale **BIO**
Petite tomate **BIO** du Trièves



JEUDI

Coupelle de pâté de volaille
/Rillettes de thon
Quenelles **BIO** sauce blanche
Carottes fraîches **BIO** persillées
Fromage blanc nature **BIO** Local (vrac)



VENDREDI



VACANCES

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 !

PRATIQUE JE ME REPÈRE DANS LE MENU



LOCAL



DU CHEF



LABELS (EGALIM)

SOUS RÉSERVE DE MODIFICATIONS *

