

MENUS '4 SAISONS' | DU 03 MARS 2025 AU 30 MARS 2025

SCO V-lès-maguelone Classique - Déjeuner

	Du 03 mars au 09 mars	Du 10 mars au 16 mars	Du 17 mars au 23 mars	Du 24 mars au 30 mars
LUNDI	Tortellini ricotta épinards sauce tomate et râpé Yaourt nature BIO Fruit de saison	Salade de pois chiches au cumin Boulettes d'agneau au jus Choux fleurs persillés Fruit BIO de saison	Friand au fromage Sauté de boeuf aux oignons (local) Carottes fraîches persillées Fruit BIO de saison	Macédoine mayonnaise Sauté de porc forestier* Riz camarguais BIO Flan chocolat
MARDI	Salade verte BIO Paupiette de veau au jus Purée de pommes de terre Flan vanille nappé caramel	Poisson pané et citron Pommes de terre persillées Petit Moulé Nature Compote de pommes BIO	Filet de colin sauce citron Blé BIO Petit suisse BIO aromatisé Fruit de saison	Céleri sauce cocktail Croq veggie à la tomate Macaronis BIO Vache picon
MERCREDI	Céleri rémoulade Saucisse de Lozère* Lentilles au jus Compote de pommes BIO	Betteraves BIO en salade Emincé de bœuf local aux épices Boulghour Yaourt nature	Sauté de volaille sauce marengo Poêlée de haricots verts et champignons Petit Moulé Nature Gâteau du chef aux pommes	Salade de blé à l'orientale Steack haché au jus Légumes façon wok Fruit BIO de saison
JEUDI	Crêpe au fromage Sauté de volaille sauce marengo Duo de haricots beurre et verts Fruit BIO de saison	Salade de saison Sauce bolognaise Riz Tex Mex Crème au Caramel	Salade de pâtes BIO Nugget's de volaille Poireaux frais et Pommes de terre béchamel Flan vanille	Cordon bleu Haricots verts persillés Yaourt nature BIO Gâteau aux haricots rouges du chef
		🍲 TEX MEX		🌿 EXPRESSION HARICOT
VENDREDI	Coleslaw BIO du chef Seiches à l'armoricaine Riz camarguais Gâteau aux pépites de chocolat du chef	Carottes râpées BIO au citron Pavé fromager Brunoise de légumes frais (carottes, navets, céleri) Beignet aux pommes	Salade iceberg Pois chiches aux légumes de couscous Semoule BIO Compote de pommes	Salade de lentilles aux échalotes Dos de cabillaud sauce citron Carottes fraîches BIO persillées Fruit de saison

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 !





SCO V-lès-maguelone Classique - Déjeuner

Du 31 mars au 06 avr.

Du 07 avr. au 13 avr.

LUNDI

Maïs en salade
Poisson meunière
Poêlée de légumes
Vache qui rit **BIO**



Taboulé
Paupiette de veau sauce forestière
Choux fleurs persillés
Yaourt nature **BIO**



MARDI

Chili végétarien
Riz camarguais **BIO**
Petit suisse aromatisé
Fruit **BIO** de saison



Betteraves **BIO** en salade
Tortillas pomme de terre et oignons
Macaroni
Fruit de saison



MERCREDI

Salade de pépinettes
Emincé de volaille à la crème
Courgettes persillées
Choux vanille



Salade d'haricots beurre
Sauté de porc aux herbes de provence
Purée de pommes de terre **BIO**
Flan vanille nappé caramel



JEUDI

Radis émincés
Sauté de boeuf à l'ancienne (local)
Semoule
Fruit **BIO** de saison



Boulghour en salade
Stifado de boeuf (local)
Poêlée de légumes frais et champignons
Fruit **BIO** de saison



VENDREDI

Salade de saison
Sauce carbonara aux lardons *
Macaronis **BIO**
Flan chocolat



Carottes râpées **BIO**
Filet de colin sauce tomate
Blé
Gâteau de Pâques du chef
Oeufs de Pâques en chocolat



PAQUES

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 :

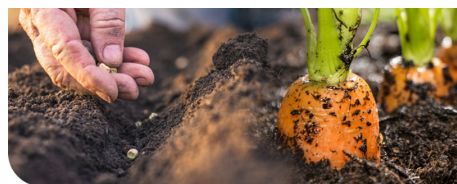
- Epluchures de légumes
- Huile d'olive
- Epices de votre choix : paprika, cumin, herbes, ail...
- Sel

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 03 MARS 2025 AU 30 MARS 2025

SCO V-lès-maguelone Classique - Déjeuner Menu Végétarien

Du 03 mars au 09 mars

Du 10 mars au 16 mars

Du 17 mars au 23 mars

Du 24 mars au 30 mars

LUNDI

Tortellini ricotta épinards sauce tomate et râpé
Yaourt nature **BIO**
Fruit de saison



Salade de pois chiches au cumin
Boulettes tomate mozzarella
Choux fleurs persillés
Fruit **BIO** de saison



Friand au fromage
Tortilla oignons pommes de terre
Carottes fraîches persillées
Fruit **BIO** de saison



Macédoine mayonnaise
Quenelle sauce forestière*
Riz camarguais **BIO**
Flan chocolat



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 !



MARDI

Salade verte **BIO**
Blanquette de haricots blancs
Purée de pommes de terre
Flan vanille nappé caramel



Omelette
Pommes de terre persillées
Petit Moulé Nature
Compote de pommes **BIO**



Croque végétarien fromage
Blé **BIO**
Petit suisse **BIO** aromatisé
Fruit de saison



Céleri sauce cocktail
Croq veggie à la tomate
Macaronis **BIO**
Vache picon



MERCREDI

Céleri rémoulade
Aiguillettes pané blé emmental
Lentilles au jus
Compote de pommes **BIO**



Betteraves **BIO** en salade
Blanquette de haricots blancs
Boullghour
Yaourt nature



Picaussel sauce tomate
Poêlée de haricots verts et champignons
Petit Moulé Nature
Gâteau du chef aux pommes



Salade de blé à l'orientale
Galette végétale (boulghour emmental)
Légumes façon wok
Fruit **BIO** de saison



JEUDI

Crêpe au fromage
Pois chiches sauce tomate
Duo de haricots beurre et verts
Fruit **BIO** de saison



Salade de saison
Mélange mexicain végétarien
Riz Tex Mex
Crème au Caramel



Salade de pâtes **BIO**
Galette quinoa provençale
Poireaux frais et Pommes de terre béchamel
Flan vanille



Lentilles à la tomate
Haricots verts persillés
Yaourt nature **BIO**
Gâteau aux haricots rouges du chef



TEX MEX

EXPRESSION HARICOT

VENDREDI

Coleslaw **BIO** du chef
Tortilla oignons pommes de terre
Riz camarguais
Gâteau aux pépites de chocolat du chef



Carottes râpées **BIO** au citron
Pavé fromager
Brunoise de légumes frais (carottes, navets, céleri)
Beignet aux pommes



Salade iceberg
Pois chiches aux légumes de couscous
Semoule **BIO**
Compote de pommes



Salade de lentilles aux échalotes
Tortilla oignons pommes de terre
Carottes fraîches **BIO** persillées
Fruit de saison





SCO V-lès-maguelone Classique - Déjeuner

Du 31 mars au 06 avr.

Du 07 avr. au 13 avr.

LUNDI

Maïs en salade
Haricots rouges au cumin
Poêlée de légumes
Vache qui rit **BIO**

Taboulé
Quenelles sauce forestière
Choux fleurs persillés
Yaourt nature **BIO**

MARDI

Chili végétarien
Riz camarguais **BIO**
Petit suisse aromatisé
Fruit **BIO** de saison

Betteraves **BIO** en salade
Tortillas pomme de terre et oignons
Macaroni
Fruit de saison

MERCREDI

Salade de pépinettes
Boulettes végétale soja sauce tomate
Courgettes persillées
Choux vanille

Salade d'haricots beurre
Curry de lentilles
Purée de pommes de terre **BIO**
Flan vanille nappé caramel

JEUDI

Radis émincés
Pois chiches sauce tomate
Semoule
Fruit **BIO** de saison

Boullghour en salade
Pois chiches au cumin
Poêlée de légumes frais et champignons
Fruit **BIO** de saison

VENREDI

Salade de saison
Emincé de pois et de blé sauce crème
Macaronis **BIO**
Flan chocolat

Carottes râpées **BIO**
Aiguillettes panée de blé et emmental
Blé
Gâteau de Pâques du chef
Oeufs de Pâques en chocolat

PAQUES

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 !

