



Menu sans viande Ornex

Du 06 nov. au 12 nov.

Du 13 nov. au 19 nov.

Du 20 nov. au 26 nov.

Du 27 nov. au 03 déc.

LUNDI

Betteraves **BIO** en salade  
Lasagnes de légumes  
Vache qui rit **BIO**  
Fruit **BIO** de saison



Carottes râpées vinaigrette  
Couscous végétal (semoule, pois chiches, légumes)  
Semoule dorée  
Saint nectaire AOP



Salade de blé **BIO** à la tomate  
Calamar à la romaine  
Poêlée bretonne (brocolis, choux fleurs)  
Verchicors  
Flan chocolat



Filet de colin MSC sauce thym et citron  
Semoule dorée  
Fromage blanc **BIO**  
Fruit de saison



MARDI

Nuggets végétal  
Purée de courges et pommes de terre  
Yaourt nature **BIO**  
Fruit **BIO** de saison



Salade de pâtes **BIO**  
Filet de poisson meunière  
Purée aux 3 légumes  
Camembert **BIO**  
Fruit de saison



Salade coleslaw **BIO**  
Filet de colin sauce crème  
Riz **BIO**  
Crème dessert vanille



Céleri râpé sauce cocktail  
Quenelles sauce crème  
Fondue de poireaux frais  
Camembert **BIO**  
Riz au lait nappé caramel



MERCREDI

Céleri râpé frais **BIO** sauce cocktail  
Quenelle sauce aurore  
Pommes vapeur  
Mimolette  
Flan chocolat



Chou rouge frais aux pommes  
Quenelles aux olives  
Blé  
Gouda  
Compote **BIO**



Salade d'haricots verts **BIO** aux échalotes  
Hoki sauce aurore  
Poêlée de légumes d'hiver  
Comté de la GAEC du rocher  
Barre bretonne



Friand au fromage  
Raviolis ricotta épinards sauce verte  
Petite tomme **BIO** du Trièves  
Fruit **BIO** de saison



JEUDI

Omelette à la forestière  
Haricots verts **BIO** persillés  
Fromage blanc **BIO**  
Gâteau du chef framboise et speculoos



Macédoine mayonnaise  
Pavé fromager  
Carottes à la crème  
Yaourt nature **BIO**  
Beignet au chocolat



Salade verte **BIO**  
Tartiflette végétale  
Yaourt nature **BIO**  
Compote de pommes



Filet de hoki MSC aux 4 épices  
Julienne de légumes  
Yaourt nature **BIO**  
Gâteau aux pépites de chocolat du chef



VENDREDI

Chou Blanc Mayonnaise  
Filet de colin sauce citron  
Riz **BIO**  
Bûchette mélangée  
Compote pomme abricot



Salade Tango  
Mac and cheese  
Cheddar  
Milk shake maison à la grenadine



Taboulé  
Omelette nature  
Epinards **BIO** à la béchamel  
Fruit **BIO** de saison



Chou rouge en vinaigrette  
Blanquette de poisson  
Riz **BIO**  
Gouda  
Fruit **BIO** de saison



La PYRAMIDE ALIMENTAIRE



Les 7 grandes familles alimentaires :

L'eau  
Les céréales  
Les fruits et légumes  
Les laitages  
La viande, le poisson, les œufs  
Les matières grasses  
Les sucreries





MENUS '4 SAISONS' | DU 06 NOVEMBRE 2023 AU 24 DÉCEMBRE 2023 |

Menu sans viande Ornex

Du 04 déc. au 10 déc.

Du 11 déc. au 17 déc.

Du 18 déc. au 24 déc.

LUNDI

Carottes râpées vinaigrette  
Boulettes de blé façon thaï  
Torti **BIO**  
Fromage blanc nature



Betteraves **BIO** en salade  
Nuggets végétal  
Purée de pommes de terre  
Edam  
Crème onctueuse au chocolat



Macaronis au saumon  
Chanteneige **BIO**  
Fruit **BIO** de saison



MARDI

Salade de riz  
Pané de blé fromage et épinards  
Poêlée de légumes (champignons, carottes, h.verts)  
Flan chocolat



Chou Blanc Mayonnaise  
Lasagnes de légumes  
Verchicors **BIO**  
Compote de pommes coings



Carottes râpées **BIO**  
Chili sin carne  
Riz à la tomate  
Camembert **BIO**  
Crème dessert vanille



MERCREDI

Céleri râpé frais **BIO** rémoulade  
Filet de poisson pièce MSC aux olives  
Pépinettes  
Emmental **BIO**  
Fruit **BIO** de saison



Oeuf dur mayonnaise  
Filet de hoki MSC sauce niçoise  
Semoule **BIO**  
Yaourt nature **BIO**  
Fruit de saison



Macédoine mayonnaise  
Filet de poisson meunière  
Haricots verts **BIO** persillés  
Yaourt nature **BIO**  
Gâteau aux pépites de chocolat du chef



JEUDI

Pizza au fromage  
Filet de colin sauce crème  
Choux fleurs persillés  
Tomme du Trièves **BIO**  
Ile flottante



Salade de pâtes  
Filet de colin MSC sauce julienne  
Epinards **BIO** à la béchamel  
Tomme blanche  
Flan vanille



Terrine de saumon  
Poisson sauce crème et marrons  
Pommes forestines  
Dessert de Noël  
Clémentine et papillotes



VENREDI

Velouté de légumes **BIO**  
Macaronis au saumon  
Petit suisse aromatisé  
Donuts



Brandade de poisson  
Yaourt **BIO** à la vanille  
Fruit **BIO** de saison



Taboulé **BIO** du chef  
Boulettes de blé façon thaï  
Poêlée de légumes **BIO** aux épices  
Edam  
Compote de pommes



La PYRAMIDE ALIMENTAIRE



Les 7 grandes familles alimentaires :

L'eau  
Les céréales  
Les fruits et légumes  
Les laitages  
La viande, le poisson, les œufs  
Les matières grasses  
Les sucreries

