

4 ELEMENTS

Semaine n°02 : du 5 au 9 Janvier 2026

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
 ENTRÉE	Potage de légumes ou Betterave nature 		Salade des incas 	Potage de potiron ou Salade fantaisie	
 PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Lasagnes à la bolognaise <i>S/viande : Lasagne saumon</i>	Sauté de dinde sauce paprika <i>S/viande : croq végétarien</i>	Rôti de porc au jus <i>S/viande s/porc : omelette</i>	Couscous de légumes BIO (aromates non bio)	Colin d'Alaska sauce agrumes
	***	Haricots verts braisés	Petits pois au jus	***	Purée de carottes
 PRODUIT LAITIER		Saint morêt 	Yaourt nature sucré		Petit moulé ail et fines herbes
 DESSERT	Liégeois chocolat	Clémentine		Galette des rois	Kiwi 

P.A. n°3

Semaine n°03 : du 12 au 16 Janvier 2026

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	VEGETARIEN	JEUDI	VENDREDI
 ENTRÉE	Potage de légumes ou Chou rouge et raisins vinaigrette	Céleri rémoulade 		Carottes râpées vinaigrette		
 PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Sauté de bœuf aux oignons <i>S/viande : tarte aux légumes</i>	Saucisse de Toulouse <i>S/viande S/porc : tortilla</i>	Pizza au fromage	RIZ BIO à la cantonnaise 	Colin d'Alaska pané	
	Tortis	Lentilles au jus	Julienne de légumes	***	Chou-fleur béchamel	
 PRODUIT LAITIER	Yaourt nature sucré 	Mimolette	Coulommiers	Edam	Fondue président	
 DESSERT			Banane 		Poire	Les labels de qualité (sauf BIO) concernent l'ingrédient majoritaire de la recette.

P.A. n°4



Bleu Blanc Cœur



Plat végétarien



Label rouge



Viande/Oeuf de France



Pêche responsable

Ansamble
UNE ALIMENTATION SAINNE & NATURELLE
AU PLUS PRÈS DES TERRITOIRES



TOUT SAVOIR SUR
NOS RECETTES

Salade des incas : riz,
carotte, maïs
Salade fantaisie : céleri
pomme , raisin



4 ELEMENTS

Semaine n°04 : du 19 au 23 Janvier 2026

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	CHINE & gingembre	VEGETARIEN VENDREDI	
ENTRÉE		Potage de légume ou Radis blanc rémoulde		Chou chinois vinaigrette au citron	Salade de pommes de terre échalote		
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Parmentier de bœuf au potiron <i>S/viande : parmentier de poisson au potiron</i>	Colin d'Alaska sauce safranée	Tajine de légumes aux pois chiche, raisins secs	Sauté de porc au gingembre et miel <i>S/viande s/porc : Colin d'Alaska gingembre et miel</i>	Bouchées de blé panées		
	***	Blé et Semoule BIO		Nouilles à la chinoise	Haricots beurre braisés		
PRODUIT LAITIER	Fromage frais sucré	Gouda	Pont-l'Evêque		Yaourt aromatisé		Salade de pâtes tricolore : pâtes, poivron, olive Salade fantaisie : céleri pomme , raisin
DESSERT	Orange		Mousse au chocolat	Moelleux coco ananas			

P.A. n°5

Semaine n°05 : du 26 au 30 Janvier 2026

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VEGETARIEN VENDREDI	
ENTRÉE			Potage de légumes ou Taboulé	Potage de légumes ou Salade fantaisie		
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Emincé de poulet sauce suprême <i>S/viande : omelette</i>	Sauté de bœuf au jus <i>S/viande : croq végétarien</i>	Quiche Lorraine <i>S/viande S/porc : Tarte au fromage</i>	Chili sin carne	Parmentier	BIO Le picto BIO indique une recette respectant les exigences du règlement CE n°889/2008. Pour les recettes contenant moins de 100% de produits BIO, l'ingrédient BIO sera précisé dans le libellé du plat.
	Carottes BIO braisées	Penne rigate	Poêlée de légumes	(riz BIO)	de poisson	
PRODUIT LAITIER	Yaourt nature sucré	Mimolette		Fromage frais aux fruits	Camembert	
DESSERT	Clémentine	Pomme	Onctueux vanille		Kiwi	Les labels de qualité (sauf BIO) concernent l'ingrédient majoritaire de la recette.

P.A. n°1



Bleu Blanc Cœur



Plat végétarien



Label rouge



Viande/Oeuf de France



Pêche responsable

UNE ALIMENTATION SAINNE & NATURELLE
AU PLUS PRÈS DES TERRITOIRES

4 ELEMENTS

Semaine n°06 : du 2 au 6 Février 2026

	LUNDI	MARDI "La chandeleur"	MERCREDI	VEGETARIEN JEUDI	VENDREDI
ENTRÉE	Salade verte nature	Carotte râpée vinaigrette ou Potage de légumes		Chou chinois	
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Pomme de terre à la savoyarde <small>S/viande : nuggets de blé s/porc : Pomme de terre à la savoyarde sans porc</small>	Colin d'Alaska meunière	Tortilla	Tandoori de légumes aux pois chiches et risetti <small>VÉGÉ</small>	Goulash de bœuf <small>S/viande : croq végétarien</small>
PRODUIT LAITIER	*** <small>S/viande : pommes de terre béchamel s/porc : ***</small>	Epinards béchamel	Haricots verts braisés	***	Semoule <small>BIO</small>
DESSERT	Poire	Crêpe de la chandeleur	Banane <small>BIO</small>		Crème dessert caramel

P.A. n°2

Semaine n°07 : du 9 au 13 Février 2026

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
ENTRÉE				Salade verte ou Potage de légumes	
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Poulet rôti <small>S/viande : tarte au fromage</small>	Curry de lentilles corail <small>VÉGÉ</small>	Sauté de porc au caramel <small>S/viande s/porc : nuggets de blé</small>	Coquillettes à la bolognaise BIO (oignons non bio) <small>S/viande : omelette sauce basquaise</small>	Colin d'Alaska sauce bretonne <small>BIO</small>
PRODUIT LAITIER	Petits pois au jus	RIZ BIO	Chou-fleur béchamel	*** <small>S/viande : coquillettes</small>	Carottes braisées
DESSERT	Emmental	Petit moulé nature	Yaourt nature sucré	Fromage frais au sel de Guérande	Tomme blanche

P.A. n°3



TOUT SAVOIR SUR NOS RECETTES

BIO

Le picto BIO indique une recette respectant les exigences du règlement CE n°889/2008. Pour les recettes contenant moins de 100% de produits BIO, l'ingrédient BIO sera précisé dans le libellé du plat.

Les labels de qualité (sauf BIO) concernent l'ingrédient majoritaire de la recette.



4 ELEMENTS

Semaine n°08 : du 16 au 20 Février 2026

Mardi gras



VEGETARIEN

JEUDI

VENDREDI

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	VEGETARIEN	
ENTRÉE	Potage de légumes ou salade verte nature	Carotte râpée BIO ciboulette		Chou blanc vinaigrette au miel	
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Hachis Parmentier <i>S/viande : parmentier de poisson</i>	Emincé de dinde sauce crème oignons <i>S/viande : feuilleté au fromage</i>	Saucisse de Toulouse <i>S/viande s/porc : omelette</i>	Tajine de légumes	Beignet de poisson
PRODUIT LAITIER	***	Haricots verts braisés	Petits pois au jus	Semoule BIO (aromates non BIO)	Epinards béchamel
DESSERT	Yaourt aromatisé		Bûchette mi chèvre	Edam	Vache qui rit
		Beignet de Mardi gras	Kiwi		Cocktail de fruits

P.A. n°4

Semaine n°09 : du 23 au 27 Février 2026

Vacances scolaires	LUNDI	MARDI	MERCREDI	VEGETARIEN	VENDREDI	
ENTRÉE	Céleri rémoulade		Duo d'hiver vinaigrette aux agrumes (carotte BIO)	Salade verte aux croutons nature ou Potage de potiron		
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Sauté de bœuf stroganoff <i>S/viande : tortilla</i>	Blanquette de colin d'Alaska	Raviolis à la volaille (plat complet) <i>S/viande : raviolis aux légumes</i>	Croq blé fromage épinard	Chou-fleur à la parisienne <i>S/viande : Crêpe au fromage</i> <i>s/porc : Chou-fleur à la parisienne sans porc</i>	Le picto BIO indique une recette respectant les exigences du règlement CE n°889/2008. Pour les recettes contenant moins de 100% de produits BIO, l'ingrédient BIO sera précisé dans le libellé du plat.
PRODUIT LAITIER	Carottes BIO braisées	Riz créole	***	Penne rigate	*** <i>S/viande : chou-fleur béchamel</i> <i>s/porc : ***</i>	
DESSERT	Yaourt nature sucré	Mimolette		Petit moulé ail et fines herbes	Gouda	Les labels de qualité (sauf BIO) concernent l'ingrédient majoritaire de la recette.
		Orange	Crème dessert chocolat		Poire	

P.A. n°5



Bleu Blanc Cœur



Plat végétarien



Label rouge



Viande/Oeuf de France



Pêche responsable



Ansamble
UNE ALIMENTATION SAINNE & NATURELLE

AU PLUS PRÈS DES TERRITOIRES



TOUT SAVOIR SUR
NOS RECETTES

Duo d'hiver : carotte, radis blanc

4 ELEMENTS

Vacances scolaires

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	VEGETARIEN	JEUDI	VENDREDI
 ENTRÉE		Carottes râpées vinaigrette		Chou blanc vinaigrette	Salade fantaisie	
 PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Colombo de volaille  S/viande : beignets de poisson	Boulettes au bœuf sauce napolitaine  S/viande : croq à l'italienne	Omelette	Parmentier de potiron et lentilles corail 	Colin d'Alaska sauce crème aneth	
	Haricots verts braisés	Riz créole 	Epinards béchamel	***	Semoule	
 PRODUIT LAITIER	Saint Paulin	Brie	Fromage frais aux fruits	Yaourt nature sucré 	Emmental	Salade fantaisie : céleri, pomme, raisin
 DESSERT	Pomme		Banane 			

P.A. n°1

Semaine n°11 : du 9 au 13 Mars 2026

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	VEGETARIEN	JEUDI	VENDREDI
 ENTRÉE	Salade verte aux croutons nature		Chou rouge vinaigrette	Potage de potiron ou Carottes râpées 		
 PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Macaronis BIO carbonara S/viande : omelette S/porc : Macaronis BIO carbonara volaille	Colin d'Alaska pané	Riz BIO à la cantonnaise S/porc S/viande : Riz BIO cantonnais sans viande	Blé 	Goulash de bœuf S/viande : croq à l'italienne 	
	*** S/viande : Macaronis BIO S/porc : ***	Carottes braisées	***	aux haricots rouges à la mexicaine	Purée de brocolis	
 PRODUIT LAITIER	Fromage blanc aux fruits	Yaourt aromatisé	Fromage frais sucré	Fondu président	Gouda	
 DESSERT		Poire			Flan nappé caramel	Les labels de qualité (sauf BIO) concernent l'ingrédient majoritaire de la recette.

P.A. n°2



Bleu Blanc Cœur



Plat végétarien



Label rouge



Viande/Œuf de France



Pêche responsable



UNE ALIMENTATION SAINNE & NATURELLE
AU PLUS PRÈS DES TERRITOIRES



TOUT SAVOIR SUR
NOS RECETTES

4 ELEMENTS



Semaine n°12 : du 16 au 20 Mars 2026



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
ENTRÉE		Salade coleslaw		Taboulé égyptien	Crêpe au fromage
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Poulet rôti <i>S/viande : nuggets de blé</i>	Raviolis de volaille <i>S/viande : Raviolis de légumes</i>	Rôti de porc au jus <i>S/viande S/porc : omelette</i>	Faboulettes à la patate douce BIO	Colin d'Alaska sauce tomate
	Haricots verts braisés	***	Petits pois au jus	Purée de carottes au cumin	Epinards béchamel
PRODUIT LAITIER	Edam	Coulommiers	Saint Morêt	Yaourt nature sucré	
DESSERT	Pomme		kiwi		Poire

P.A. n°3

Semaine n°13 : du 23 au 27 Mars 2026

VEGETARIEN

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
ENTRÉE		Céleri rémoulade	Salade verte	Radis beurre	
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Sauté de bœuf marengo <i>S/viande : croq végétarien</i>	Cassoulet <i>S/viande : Colin pané S/porc : cassoulet sans porc</i>	Nuggets de volaille	Dahl de pois chiche	Colin d'Alaska sauce citron
	Poêlée de légumes	*** <i>S/viande : haricots blancs S/porc : ***</i>	Tortis	RIZ BIO	Carottes crème curcuma
PRODUIT LAITIER	Yaourt aromatisé		Gouda		Petit moulé ail et fines herbes
DESSERT	Pomme	Crème dessert caramel		Tarte aux poires	Orange

P.A. n°4



Le picto BIO indique une recette respectant les exigences du règlement CE n°889/2008. Pour les recettes contenant moins de 100% de produits BIO, l'ingrédient BIO sera précisé dans le libellé du plat.

Les labels de qualité (sauf BIO) concernent l'ingrédient majoritaire de la recette.



Bleu Blanc Cœur



Plat végétarien



Label rouge



Viande/Œuf de France



Pêche responsable

Ansamble
UNE ALIMENTATION SAINNE & NATURELLE
AU PLUS PRÈS DES TERRITOIRES

4 ELEMENTS

Semaine n°14 : du 30 Mars au 3 Avril 2026

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	VEGETARIEN	JEUDI	VENDREDI
ENTRÉE	Carottes râpées vinaigre 		Concombre nature	Salade des incas 		
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Goulash de bœuf <i>S/viande : tortilla</i>	Rôti de porc à l'ancienne <i>S/viande s/porc : nuggets de blé</i>	Emincé de poulet sauce crème curry  <i>S/viande : Colin d'Alaska sauce curry</i>	Croq blé épinards fromage 	Marmite de poisson 	
PRODUIT LAITIER	Purée de patate douce	Lentilles au jus	Coquillettes 	Haricots beurre braisés	Blé	Salade des incas : riz, maïs, carotte
DESSERT	Fromage frais aux fruits	Fondu président	Camembert		Yaourt sucré	
P.A. n°5		Pomme		Purée de pomme	Banane	



TOUT SAVOIR SUR NOS RECETTES

P.A. n°5

Semaine n°15 : du 6 au 10 Avril 2026

LE MONDE DE PÂQUES	Lundi de Pâques	LUNDI	VEGETARIEN	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	Repas de Pâques
ENTRÉE						Salade verte 		
PLAT & ACCOMPAGNEMENT		Chili sin carne <i>(riz BIO)</i> 	Tortilla	Lasagnes bolognaise <i>S/viande : lasagnes au saumon</i>	 Sauté de dinde aux abricots secs <i>S/viande : colin pané</i>			
PRODUIT LAITIER			Petits pois au jus		***	Carottes braisées 		Le picto BIO indique une recette respectant les exigences du règlement CE n°889/2008. Pour les recettes contenant moins de 100% de produits BIO, l'ingrédient BIO sera précisé dans le libellé du plat.
DESSERT		Edam	Yaourt aromatisé	Saint Morêt	Brie	Dessert de Pâques		
P.A. n°1		Pomme	Purée pomme vanille					Les labels de qualité (sauf BIO) concernent l'ingrédient majoritaire de la recette.



Bleu Blanc Cœur



Plat végétarien



Label rouge



Viande/Oeuf de France



Pêche responsable



UNE ALIMENTATION SAINNE & NATURELLE
AU PLUS PRÈS DES TERRITOIRES

NOM DU RESTAURANT

Semaine n°16 : du 13 au 17 Avril 2026

VEGETARIEN

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI



	LUNDI	MARDI	VEGETARIEN	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	
ENTRÉE	Concombre ciboulette nature			Radis sauce rémoulade	Salade de blé tomate maïs	Salade verte nature	
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Saucisse de Toulouse <i>S/viande s/porc : Croq à l'italienne</i>	Colin d'Alaska meunière		RIZ BIO au crémeux de lentilles corail et courgette	Omelette au fromage	Tortis bolognaise BIO (aromates non bio)	
	Purée de pommes de terre	Poêlée de légumes		***	Petits pois au jus	<i>S/viande : beignets de poisson</i> ***	
PRODUIT LAITIER	Coulommiers	Petit moulé ail et fines herbes		Fromage frais sucré	Yaourt nature sucré	Emmental	Salade fantaisie : céleri, pomme , raisin
DESSERT		Cocktail de fruits					

P.A. n°2

Semaine n°17 : du 20 au 24 Avril 2026

	LUNDI	MARDI	VEGETARIEN	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	
ENTRÉE	Salade de RIZ BIO, radis, concombre sauce fromage blanc	Salade fantaisie			Tomate nature		
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Poulet rôti <i>S/viande : Colin d'Alaska sauce tandoori</i>	Couscous de légumes et semoule BIO (aromates non bio)		Sauté de bœuf marengo <i>S/viande : feuilleté au fromage</i>	Jambon braisé <i>S/viande s/porc : nuggets de blé</i>	Colin d'Alaska sauce citron	
	Haricots verts braisés	***		Carottes braisées	Gratin de chou-fleur	Purée d'épinards	
PRODUIT LAITIER		Yaourt nature sucré		Fromage frais au sel de Guérande	Vache qui rit	Fondu président	
DESSERT	Pomme			Banane		Poire	Les labels de qualité (sauf BIO) concernent l'ingrédient majoritaire de la recette.

P.A. n°3



Ansamble
UNE ALIMENTATION SAINTE & NATURELLE
AU PLUS PRÈS DES TERRITOIRES

NOM DU RESTAURANT

Semaine n°18 : du 27 Avril au 1er Mai 2026

		VEGETARIEN					
		LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	Férié
	ENTREE		Concombre nature		Carottes râpées		
	PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Sauté de bœuf sauce basquaise <i>S/viande : omelette sauce basquaise</i>	Tikka massala de légumes, pois chiches et RIZ BIO	Raviolis à la volaille (plat complet) <i>S/viande : raviolis aux légumes</i>	Colin d'Alaska meunière		
	PRODUIT LAITIER	Coquillettes	***	***	Ratatouille		
	DESSERT	Yaourt nature sucré		St Morêt	Petit moulé ail et fines herbes		
		Banane 	Purée pomme vanille	Flan nappé caramel			

P.A. n°4



Bleu Blanc Cœur



Plat végétarien



Label rouge



Viande/Œuf de France



Pêche responsable



UNE ALIMENTATION SAINTE & NATURELLE
AU PLUS PRÈS DES TERRITOIRES



TOUT SAVOIR SUR
NOS RECETTES