



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

Fontanil-Cornillon sans viande - 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

Salade verte
Lasagnes de légumes
Fromage fondu le carré
Compote de Pommes **BIO**

Concombre vinaigrette
Cappelletti ricotta épinards sauce crème
Petit suisse aromatisé
Fruits **BIO** de saison

Tomates fraîches **BIO** rondelle
Oeufs durs béchamel
Epinards hachés à la crème
Livarot AOP
Cocktail de fruits

Concombres frais à la ciboulette
Filet de poisson sauce tomate basilic
Printanière de légumes
Fromage blanc aromatisé
Beignet aux pommes

MARDI

Betteraves en salade
Roulé au fromage
Petits pois au jus
Yaourt nature
Fruits **BIO** de saison

Salade iceberg
Oeufs durs à la piperade
Lentilles au jus
Flan chocolat
Fruit de saison

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

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

MERCREDI

JEUDI

Tomates fraîches **BIO** rondelle
Omelette **BIO**
Poêlée de courgettes fraîches et pommes de terre
Yaourt aromatisé
Eclair à la vanille

Rillettes de thon
Filet de colin sauce curry
Riz **BIO**
Yaourt nature
Fruit de saison

Boullghour en salade
Quenelles **BIO** à la sauce tomate
Courgettes fraîches à la béchamel
Cantal AOP
Fruit de saison

Coleslaw **BIO** du chef
Fishburger
Frites
Vache picon
Brownies du chef

AMERICAIN

RECETTE ANTI-GASPPI

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

Fontanil-Cornillon sans viande - 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
P'tit cottentin nature
Compote pomme abricot



Melon jaune
Pavé fromager
Pommes boulangères
Fromage fondu le carré
Compote pomme framboise

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



MARDI

Radis nature
Pavé fromager
Pommes paillasson
Fromage fondu le carré
Fruits **BIO** de saison
Beurre



Gaspacho
Tarte au fromage fraîche
Pommes de terre en salade
Fromage blanc (ferme du Chambon)
Fruit de saison



Salade verte **BIO**
Filet de poisson meunière
Aubergines fraîches et pommes de terre provençale
Edam
Fruits **BIO** de saison



Pastèque
Dahl de lentilles **BIO** et pois carrés **BIO**
carottes et crèmes de coco
Tartare ail et fines herbes
Tarte au flan



MERCREDI

Salade de pommes de terre
Calamars à la romaine
Petits pois au jus
Yaourt de la ferme du Chambon
Cake au Daim du chef



Pastèque
Lasagnes ricotta épinards
Flan vanille nappé caramel
Petits beurres



Radis en rémoulade
Chakalaka (h.blanc **BIO**, pois chiches **BIO**, légumes)
Riz **BIO**
Saint nectaire AOP
Fruit de saison



Salade verte fraîche
Thon
Pommes de terre en salade
Emmental **BIO**
Fruit de saison
Mayonnaise (flacon)



VENDREDI

Tomates fraîches **BIO** rondelle
Chili sin carne
Riz **BIO**
Tomme blanche
Fruit de saison



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



Carottes râpées **BIO**
Oeufs durs
Salade de pâtes
Yaourt nature
Gâteau du chef aux pépites de chocolat
Mayonnaise (dosette)



Concombre vinaigrette
Pois chiches et légumes couscous
Semoule **BIO**
Petit suisse sucré
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

Fontanil-Cornillon sans viande - Déjeuner

Du 30 juin au 06 juil.

LUNDI

Radis nature
Moules à la crème
Frites
Vache qui rit **BIO**
Compote
Beurre

MARDI

Salade de pois chiches **BIO** à la marocaine
Tortillas pomme de terre et oignons
Haricots verts
Cantal AOP
Fruits **BIO** de saison

MERCREDI

JEUDI

Betteraves en salade
Nuggets végétal
Carottes fraîches **BIO** persillées
Petit suisse sucré
Donuts

VENDREDI

Pique-nique de fin d'année

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 *

