

MENU Restaurant scolaire

du Lundi 26 janvier au Vendredi 30 janvier 2026



Les menus sont cuisinés sur place, de saison, bio ou local, validés par une diététicienne.

Lundi

Feuilleté fromage
Dos de colin MSC sauce citron
Brocolis vapeur
Fruits de saison



1-7

7

Mardi

Duo salade verte/chou
chinois
Flan de légumes de saison sur
pâte feuilletée
Paris Brest



10-12

1-3-7

1-3-7

Mercredi

Sauté de mouton façon couscous
Semoule bio
Fromage
Fruit de saison



1

7

* couscous au pois chiche

Jeudi

Menu GREC :
Tzatziki d'hiver
Moussaka au bœuf
Galaktoboureko



9

1-7

1-3-7

* moussaka aux haricots rouges

Vendredi

Bouillon de vermicelle
Haut de cuisse de poulet
Pomme de terre/carottes
Dessert lacté



1-7

7

* Filet de poisson

Tributaires des arrivages et soucieux de la qualité, les menus sont sujets à modifications sans préavis.

La recette de la cuisine centrale : Flan de légumes de saison

Préparer une brunoise de légumes avec carottes, oignons et potimarron et la faire suer à la poêle.

Cuire les épinards à la vapeur, puis les mixer dans un appareil lait crème et œuf ; assaisonner.

Dans un plat à four, étaler une pâte feuilletée, verser l'appareil d'épinards et la brunoise de légumes, recouvrir de fromage râpé et enfourner à 180°.

Le **galaktoboureko** est une spécialité grecque composée d'une crème pâtissière préparée avec de la semoule fine et parfumée au citron, à la vanille ou à la fleur d'oranger, le tout enveloppé dans des feuilles de pâte filo (le dessert de jeudi ne contient pas de pâte filo). Après une cuisson au four, il est imbibé d'un délicieux sirop sucré au citron et à la cannelle.

Allergènes

1- Céréales
2- Crustacés
3- Oeufs

4- Poissons
5- Arachides
6- Soja

7- Lait
8- Fruit à coques
9- Celeri

10- Moutarde
11- Graine de sésame
12- Anhydrides et sulfites

13- Lupin
14- Mollusques
* Plat alternatif

Les allergènes sont renseignés en fonction des recettes confectionnées en cuisine mais peuvent contenir d'autres traces d'allergènes.



Elaboré sur place

