



VILLES DE CERONS  
Menu été semaine 1

EXEMPLE DE MENUS TYPES  
HEBDOMADAIRE POUR ENFANTS ET  
ADULTES POUR LE MIDI



ALSH

Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

Entrées

Pastèque

Betteraves rouges 

Repas végété

Tomates en  
salade

Plats chauds

Escalope de  
volaille à la  
crème

Bœuf mode 

Mijoté de porc aux  
épices douces

Nems de  
Légumes 

Filet de lieu  
sauce  
Hollandaise 

Pâtes -  
Champignons

Frites 

Blé - Courgettes

Riz - Poêlée  
wok 

Brocolis -  
Pommes de  
terre

Fromage

Edam 

Brie

Desserts

Fruit de saison

Compote

Yaourt aux  
fruits

Fruit de saison 

Moelleux au  
chocolat



Agriculture biologique



Produit local



HVE



MSC – Pêche Durable



Repas végété



AOP



Label Rouge

Les grammages sont adaptés selon le GEMRCN enfants ou adultes



# VILLES DE CERONS

## Menu été semaine 2



ALSH

Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

Entrées

Radis croque sel

Concombres vinaigrette

**Repas végété**  
Salade fraîcheur au Gouda

Plats chauds

Beignets de calamars sauce tartare

Boules à l'agneau

Escalope de dinde à l'estragon

Steak sauce échalotes

Lasagnes du potager

Pommes de terre - Salade verte

Curry de légumes et pois-chiches - Semoule

Riz - Haricots verts

Carottes - Purée de pommes de terre

Fromage

Chantailou

Fourme d'Ambert

Desserts

Yaourt nature sucré

Fruit de saison

Fromage blanc coulis

Liégeois vanille

Salade de fruits frais



Agriculture biologique



Produit local



HVE



MSC - Pêche Durable



Repas végété



AOP



Label Rouge



# VILLES DE CERONS

## Menu été semaine 3



Lundi

Mardi

ALSH

Mercredi

Jeudi

Vendredi

Entrées

Plats chauds

Fromage

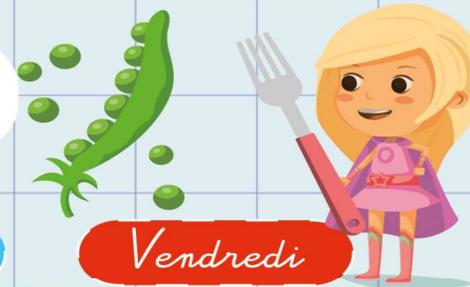
Desserts

	Lundi	Mardi	ALSH Mercredi	Jeudi	Vendredi
Entrées		Melon	Céleri rémoulade	<b>Repas végété</b>	Salade fromagère
Plats chauds	Sauté de volaille façon basquaise  Piperade - Boulgour	Jambon chaud  sauce poivre doux  Coquillettes	Filet de poisson meunière  Epinards - Pommes de terre	Omelette aux fines herbes  Poêlée méditerranée Blé	Bœuf aux oignons  Haricots beurre - Pommes de terre
Fromage	Emmental			Carre frais	
Desserts	Fruit de saison	Yaourt aromatisé	Crème dessert caramel	Fruit de saison	Glace



# VILLES DE CERONS

## Menu été semaine 4



ALSH

Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

Entrées

Repas végété

Œuf dur  
mayonnaise

Plats chauds

Gratin de  
pommes de  
terre et de  
brocolis à la  
béchamel



Filet de colin à la  
julienne de  
légumes



Semoule



Emincé de poulet  
sauce korma

Courgettes - Riz



Bœuf au  
paprika



Pâtes

Hot-dog

Frites – salade



Fromage

Gouda



Petit moulé

Montal



Desserts

Crème dessert  
vanille

Fruit de saison

Yaourt aux  
fruits

Fruit de saison

Compote



Agriculture biologique



Produit local



HVE



MSC – Pêche Durable



Repas végété



AOP



Label Rouge



## UN EXEMPLE DE MENUS HEBDOMADAIRE ADAPTÉS DE TYPE VÉGÉTALIEN POUR ADULTES ET POUR ENFANTS POUR LE MIDI

VILLE DE CERONS – Menus végétalien

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Entrées	Carottes râpées au jus d'orange	Potage de légumes frais	Salade composée aux radis	Betteraves rouges vinaigrette	Céleri râpé au citron
Plats chauds	Lentilles corail mijotés aux légumes Quinoa	Chili sin carne (haricots rouges, poivrons, maïs, tomates) Riz	Couscous végété aux pois chiches et ses légumes Semoule	Steak végétal de lentilles Haricots verts Purée de pommes de terre	Sauté de soja aux légumes wok Nouilles de riz
Fromage	Yaourt végétal	Yaourt végétal	Yaourt végétal	Yaourt végétal	Yaourt végétal
Desserts	Compote de pomme	Kiwi	Gâteau moelleux maison	Salade d'agrumes	Flan au lait d'amande maison



**DUPONT RESTAURATION**

 Agriculture biologique

 Produit local

 HVE

 MSC – Pêche Durable

 Repas végété

 AOP

 Label Rouge

