


VALEURS CULINAIRES  
Quand le bon rencontre le bien

# AU MENU

46%  
cette semaine  
fait maison



Semaine du 24 au 28 février 2025

	Lundi 24 février	Mardi 25 février	<i>Charades</i>	Jeudi 27 février	Vendredi 28 février
Entrée	Haricots rouge maïs en vinaigrette	Potage aux légumes	Mon premier est le contraire de dur. Mon deuxième est le contraire de tôt. Mon troisième est un chiffre. Mon tout est piquant. Qui suis-je ?	Chou rouge vinaigrette	Betteraves vinaigrette
Plat	Nuggets de poisson	Boulette de bœuf sauce tomate	Mon premier est le contraire de haut. Mon deuxième est la 19ème lettre de l'alphabet. Mon troisième est un animal têtue. Mon tout est un fruit. Qui suis-je ?	Petit salé	Croque Fromage
Garniture	Petits pois	 Semoule		Lentilles	Salade verte Végétarien
Fromage	Fromage	Fromage		Fromage	Fromage
Dessert	Fruit	Compote		Quartier de pomme caramélisée brisure de spéculos	Bâtonnet de glace



## BON APPÉTIT !



Nos menus sont validés par notre diététicien-nutritionniste, susceptibles d'être modifiés selon les approvisionnements, susceptibles de contenir des allergènes. Pour plus d'informations, veuillez-vous rapprocher du chef de cuisine.

Toutes nos viandes (bœuf, veau, porc, agneau, volailles) sont fraîches, élevées et abattues en France, à l'exception des viandes hachées pour des raisons sanitaires (surgelées). La viande de bœuf est issue de races à viande.



Fait maison

Semaine du 03 au 07 mars 2025

## Les abeilles

Les abeilles ouvrières vivent entre 3 et 6 semaines au printemps et en été, alors que la reine peut vivre plus de 2 ans. Durant leur courte vie, les abeilles butineuses vont produire 1/12ème de cuillère à café de miel.

Que vont produire 6000 abeilles qui parcourent 40 000 km pour butiner 80 000 fleurs ?

Réponse :  
1 kg de miel



	Lundi 03 mars	Mardi 04 mars		Jeudi 06 mars	Vendredi 07 mars
Entrée	Mousse de brocolis 🌿	<b>Mardi Gras</b> Carottes râpées vinaigrette 🌿	<p>Les abeilles ouvrières vivent entre 3 et 6 semaines au printemps et en été, alors que la reine peut vivre plus de 2 ans. Durant leur courte vie, les abeilles butineuses vont produire 1/12ème de cuillère à café de miel.</p> <p>Que vont produire 6000 abeilles qui parcourent 40 000 km pour butiner 80 000 fleurs ?</p> <p>Réponse : 1 kg de miel</p>	Salade de blé, olives, thon 🌿	Duo de carottes et céleri vinaigrette 🌿
Plat	Poisson sauce citron 🌿	Quiche aux trois fromages 🌿		Bœuf mode 🌿	Hachis Parmentier de bœuf 🌿
Garniture	 Riz pilaf 🌿	 Salade Végétarien		Carottes Vichy 🌿	Salade
Fromage	Fromage	Petit suisse aromatisé 🌿		Fromage	Fromage
Dessert	Fruit	Beignet		Fromage blanc au miel 🌿	Clafoutis aux fruits 🌿



# BON APPÉTIT !



Semaine du 10 au 14 mars 2025

**Jeu-concours :**  
**Dessine ton plat préféré**



Un gagnant par niveau  
parmi tous les établissements  
gérés par Valeurs Culinaires

Des cadeaux pour les  
gagnants !

Date limite de dépôt à la  
cantine : vendredi 28 mars

**Tente ta chance !**

Lundi 10 mars

Mardi 11 mars

Jeudi 13 mars

Vendredi 14 mars

Entrée


Potage

salade  
Courgettes râpées  
au citron

Œuf dur mayonnaise

Salade sucré salé  
à l'ananas

Plat

 Gratin de pâte  
aux dés de jambon

Cabillaud  
Sauce curry

Gnocchis  
aux petits légumes  
sauce tomate

Poulet Rôti

Garniture

Julienne de légumes

*Végétarien*

Frites

Fromage

Fromage

Fromage

Fromage

Fromage

Dessert

Compote

Liégeois chocolat

Gâteau vanille

Fruits



# BON APPÉTIT !



## Semaine du 17 au 21 mars 2025

	Lundi 17 mars	Mardi 18 mars
Entrée	Betterave vinaigrette	Salade de riz maïs olive tomates
Plat	Chili sin Carne (Haricot rouge, maïs, poivrons, tomates)	Cordon bleu
Garniture	Riz <b>Végétarien</b>	Haricots beurre persillés
Fromage	Fromage	Fromage
Dessert	Compote	Semoule au lait caramel

### La recette du cake au citron

pour 8 personnes

Préchauffer le four à 180°C (thermostat 6).  
Beurrer et fariner le moule à cake (30 cm de long environ).  
Faire fondre 100 g de beurre.  
Laver le citron, râper finement la peau (mais pas la peau blanche qui est amère), puis le couper en deux pour le presser afin de recueillir son jus.  
Mélanger 200 g de farine, 150 g de sucre et 1/2 sachet de levure.  
Ajouter 4 oeufs un à un, puis le beurre fondu et enfin le zeste et le jus du citron.  
Mélanger le tout et verser la préparation dans le moule.  
Faire cuire environ 40 minutes.

Régale-toi !

	Jeudi 20 mars	Vendredi 21 mars
Entrée	Pâté de foie	Bouillon de légumes vermicelles
Plat	Tagliatelles de saumon fumé à la crème ciboulette	Blanquette de veau
Garniture		Purée de carotte
Fromage	Fromage	Fromage
Dessert	Panna cotta et son coulis	Fruit



# BON APPÉTIT !



## Semaine du 24 au 28 mars 2025

	Lundi 24 mars	Mardi 25 mars		Jeudi 27 mars	Vendredi 28 mars
Entrée	Salade verte mimolette	Lentilles vertes vinaigrette	<p><i>La recette du cake au citron</i> pour 8 personnes</p> <p>Préchauffer le four à 180°C (thermostat 6). Beurrer et fariner le moule à cake (30 cm de long environ). Faire fondre 100 g de beurre. Laver le citron, râper finement la peau (mais pas la peau blanche qui est amère), puis le couper en deux pour le presser afin de recueillir son jus. Mélanger 200 g de farine, 150 g de sucre et 1/2 sachet de levure. Ajouter 4 oeufs un à un, puis le beurre fondu et enfin le zeste et le jus du citron. Mélanger le tout et verser la préparation dans le moule. Faire cuire environ 40 minutes.</p> <p>Régale-toi !</p>	Chèvre chaud	Menu Fast Food Salade verte emmental sauce blanche
Plat	Haut de cuisse de poulet à l'espagnol	Pizza 4 fromages		Beignets de poisson	Assiette lamelles de kebab Sauce kebab
Garniture	 Riz créole	Salade Végétarien		Purée de carottes pommes de terre	Frites
Fromage	Fromage	Petit suisse		Fromage	
Dessert	Fruit Compote	Banane au chocolat		Fruit	Glace



# BON APPÉTIT !



## Semaine du 31 mars au 4 avril 2025


	Lundi 31 mars	Mardi 1 <sup>er</sup> avril
Entrée	Salade de hareng pomme de terre	Rosette beurre
Plat	Aiguillette de poulet à la crème	Brandade de Poisson
Garniture	Gratin de chou fleur	Salade verte <i>Végétarien</i>
Fromage	Fromage	Fromage
Dessert	Fruit	Liégeois vanille

### La recette du cake au citron

pour 8 personnes

Préchauffer le four à 180°C (thermostat 6).  
Beurrer et fariner le moule à cake (30 cm de long environ). Faire fondre 100 g de beurre. Laver le citron, râper finement la peau (mais pas la peau blanche qui est amère), puis le couper en deux pour le presser afin de recueillir son jus.  
Mélanger 200 g de farine, 150 g de sucre et 1/2 sachet de levure.  
Ajouter 4 oeufs un à un, puis le beurre fondu et enfin le zeste et le jus du citron.  
Mélanger le tout et verser la préparation dans le moule.  
Faire cuire environ 40 minutes.

Régale-toi !

	Jeudi 3 avril	Vendredi 4 avril
Entrée	Salade de boulgour mais échalotes	Salade crouton fromage vinaigrette
Plat	Quiche de carottes emmental au cumin	 Pennes Bolognaise
Garniture	Salade verte	
Fromage	Fromage	Fromage
Dessert	Crème caramel	Compote



# BON APPÉTIT !

