VALEURS CULINAIRES
Quand le bon rencontre le bien

AU MENU

SIVOS PAYS MÉLUSIN
Coulombiers

Semaine du 02 au 06 novembre 2026

	Lundi 02 novembre	Mardi 03 novembre		Jeudi 05 novembre	Vendredi 06 novembre
Entrée	Velouté aux légumes			Concombres à la crème	Menu Halloween
Plat	Poisson pané au citron	Hachis parmentier de bœuf		Pâtes à la bolognaise de lentilles	Sauté de bœuf sauce tomate
Garniture	Haricots verts	Salade		Emmental râpé	Purée de potimarron
Fromage		Fromage		Végétarien	Mimolette
Dessert	Compote	Yaourt		Fruits	Crème chocolat et quartier d'orange
Goûter	Biscuit Produit laitier Fruit	Gâteaux maison Sirop Fruit		Produit laitier Biscuit Jus de fruit	Pain & fromage Fruits Sirop



Nos menus sont validés par notre diététicien-nutritionniste, susceptibles d'être modifiées 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 fraiches, 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.

VIANDES DE FRANCE

Fait maison

AU MENU

VALEURS CULINAIRES
Quand le bon rencontre le bien

SIVOS PAYS MÉLUSIN Coulombiers

Semaine du 09 au 13 novembre 2026

	Lundi 09 novembre	Mardi 10 novembre	Le légume de saison	Jeudi 12 novembre	Vendredi 13 novembre
Entrée		Cake aux légumes	J'ai un seul pied. J'ai un chapeau mais pas de tête. Je suis blanc ou rouge ou jaune ou marron ou ... Il peut être parfois dangereux de me manger. Je ne suis ni un animal ni un végétal, je suis...	Potage de légumes	
Plat	Steak de veau sauce brune	Poisson sauce citron		Gratin de gnocchis sauce tomate	Sauté de bœuf sauce bourguignonne
Garniture	Petits pois & carottes	Brocolis		Fromage râpé	Pommes noisette
Fromage	Fromage			Végétarien	Fromage
Dessert	Fruit au sirop	Liégeois		Fruit de saison	Crumble pommes
Goûter	Biscuit Lait Fruit	Pain & fromage Sirop Fruit		Gâteau maison Produit laitier Compote	Pain & confiture Fruits Petit suisse



LE CHAMPIGNON
bien sûr !

Nos menus sont validés par notre diététicien-nutritionniste, susceptibles d'être modifiées 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 fraiches, 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.

VIANDES DE FRANCE

Fait maison

AU MENU

VALEURS CULINAIRES
Quand le bon rencontre le bien

SIVOS PAYS MÉLUSIN
Coulombiers

Semaine du 16 au 20 novembre 2026

	Lundi 16 novembre	Mardi 17 novembre	Jeudi 19 novembre	Vendredi 20 novembre
Entrée	Salade verte dés d'emmental	Carottes râpées	Potage Dubarry (chou-fleur)	Rosette cornichon
Plat	Pilon de poulet	Quiche aux légumes	Blanquette de veau	Colin sauce curry
Garniture	Haricots beurre persillés	Végétarien	Riz	Épinards à la crème
Fromage		Fromage à la coupe		
Dessert	Yaourt	Gâteau aux poires	Fruit de saison	Crème dessert maison
Goûter	Pain & fromage Compote Sirop	Biscuit Produit laitier Fruit	Gâteau maison Produit laitier Fruit	Pain & fromage Sirop Fruit

La recette du riz au lait

pour 4 personnes

Fais frémir 1 litre de lait avec 4 cuillères à soupe de sucre et 1 gousse de vanille (ouverte pour libérer ses grains).

Ajoute 100 g de riz rond et laisse cuire jusqu'à absorption complète du lait, en remuant régulièrement.

Enfin, mets dans des ramequins ou petits pots.

À déguster bien frais !

Nos menus sont validés par notre diététicien-nutritionniste, susceptibles d'être modifiées 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 fraiches, 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.

VIANDES DE FRANCE

Fait maison

AU MENU

VALEURS CULINAIRES
Quand le bon rencontre le bien

SIVOS PAYS MÉLUSIN Coulombiers

Semaine du 23 au 27 novembre 2026

	Lundi 23 novembre	Mardi 24 novembre	Jeudi 26 novembre	Vendredi 27 novembre
Entrée	Betterave vinaigrette	Rillettes cornichon		Potage de légumes
Plat	Pizza fromage	Blanquette de dinde	Calamars à la romaine	Émincé de bœuf à la thaï
Garniture	Salade	Carottes Vichy	Haricots verts	Nouilles chinoise
Fromage	Végétarien		Fromage	
Dessert	Petit suisse	Gâteau marbré	Yaourt de la ferme de l'Airvaudais	Mousse au chocolat
Goûter	Biscuit Produit laitier Fruit	Pain & fromage Fruit Sirop	Gâteau maison Lait Fruit	Pain & fromage Produit laitier Compote

RÉBUS



1: mât-deux-laine / 2 : seau-scie-son / 3 : macaron-nid

Nos menus sont validés par notre diététicien-nutritionniste, susceptibles d'être modifiées 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 fraiches, 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.

VIANDES DE FRANCE

Fait maison

VALEURS CULINAIRES
Quand le bon rencontre le bien

AU MENU

SIVOS PAYS MÉLUSIN
Coulombiers

Semaine du 30 novembre au 04 décembre 2026

	Lundi 30 novembre	Mardi 01 décembre	Jeudi 03 décembre	Vendredi 04 décembre
Entrée		Coleslaw	Velouté de butternut	Carottes râpées
Plat	Saucisse de volaille	Pavé de merlu & sa sauce	Tartine pommes de terre fromage raclette	Sauté de bœuf aux oignons
Garniture	Lentilles	Chou-fleur gratiné	Salade	Pâtes
Fromage	Fromage			
Dessert	Banane chocolat	Yaourt sucré de la ferme de l'Airvaudais	Crème dessert caramel	Panna cotta fruit rouge
Goûter	Pain & confiture Produit laitier Fruit	Gâteau maison Lait Fruit	Mini viennoiserie Lait Fruit	Pain Fromage Jus de pomme

Charades

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 ?

Mon premier est le contraire de haut.
Mon deuxième est la 19ème lettre de l'alphabet.
Mon troisième est un animal têtu.
Mon tout est un fruit.
Qui suis-je ?

Moutarde - Banane

Végétarien

Nos menus sont validés par notre diététicien-nutritionniste, susceptibles d'être modifiées 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 fraiches, 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.

VIANDES DE FRANCE

Fait maison

VALEURS CULINAIRES
Quand le bon rencontre le bien

AU MENU

SIVOS PAYS MÉLUSIN
Coulombiers

Semaine du 07 au 11 décembre 2026

	Lundi 07 décembre	Mardi 08 décembre	Jeudi 10 décembre	Vendredi 11 décembre
Entrée	Macédoine mayonnaise	Soupe de légumes	Salade de lentilles	
Plat	Aiguillette poulet moutardé	Brandade de poisson	Quiche aux patates douces	Chili con carne
Garniture	Haricots beurre	Salade verte	Salade verte	Riz
Fromage				Fromage
Dessert	Fromage blanc au miel	Fruit de saison	Salade de fruits	Île flottante
Goûter	Pain & confiture Fruit Produit laitier	Lait Brioche Compote	Gâteau maison Fruit Lait	Pain & barre de chocolat Lait Fruit

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 !

Végétarien

Nos menus sont validés par notre diététicien-nutritionniste, susceptibles d'être modifiées 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 fraiches, 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.

VIANDES DE FRANCE

Fait maison

VALEURS CULINAIRES
Quand le bon rencontre le bien

AU MENU

SIVOS PAYS MÉLUSIN
Coulombiers

Semaine du 14 au 18 décembre 2026

	Lundi 14 décembre	Mardi 15 décembre	Jeudi 17 décembre	Vendredi 18 décembre
Entrée	Surimi mayonnaise		Pâté de foie & cornichon	Céleri rémoulade
Plat	Sauté de porc		Poisson crème ciboulette	Coquiflette végétarienne
Garniture	Petits pois	Repas de Noël	Brocolis	Salade
Fromage				
Dessert	Yaourt de la ferme de l'Airvaudais		Compote	Glace
Goûter	Biscuit Compote Lait	Pain & fromage Sirop Fruit	Goûter de Noël	Biscuit Produit laitier Jus d'orange



Végétarien

Nos menus sont validés par notre diététicien-nutritionniste, susceptibles d'être modifiées 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 fraiches, 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.

VIANDES DE FRANCE

Fait maison