VALEURS CULINAIRES
Quand le bon rencontre le bien

AU MENU

Enfance & Pluriel & Itep L'Éveil

Semaine du 02 au 06 novembre 2026

	Lundi 02 novembre	Mardi 03 novembre		Jeudi 05 novembre HALLOWEEN	Vendredi 06 novembre
Entrée	Haricots verts à l'échalote	Macédoine mayonnaise		Potage aux carottes et cumin	Salade de pâtes au maïs
Plat	Poisson pané sauce citron	Brandade de poisson Hachis parmentier de bœuf		Pané au blé et tomate Steak de veau haché sauce tomate	Crumble de légumes aux lentilles
Garniture	Pommes noisette			Potimarron rôti	Végétarien
Fromage	Fromage	Yaourt		Mimolette	Petit suisse
Dessert	Fruit de saison	Compote maison		Mousse au chocolat orange	Gâteau vanille



BON APPÉTIT !

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

Enfance & PLURIEL & Itep L'ÉVEIL

Semaine du 09 au 13 novembre 2026

	Lundi 09 novembre	Mardi 10 novembre	Jeudi 12 novembre	Vendredi 13 novembre
Entrée	Terrine au saumon	Velouté de poireaux	Salade de chou rouge	Feuilleté au fromage
Plat	Falafel Sauce blanche menthe	Médaillon de merlu sauce ciboulette	Gratin de gnocchis	Omelette au persil Rôti de porc sauce moutarde
Garniture	Pommes de terre rissolées	Riz	Sauce tomate	Haricots verts persillade
Fromage	Fromage	Yaourt	Végétarien Fromage	Yaourt
Dessert	Pomme	Liégeois vanille	Gâteau au chocolat	Crumble aux poires

Le légume de saison

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...



LE CHAMPIGNON
bien sûr !

BON APPÉTIT !

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

Enfance & Pluriel & Itep L'Éveil

Semaine du 16 au 20 novembre 2026

	Lundi 16 novembre	Mardi 17 novembre	Jeudi 19 novembre	Vendredi 20 novembre
Entrée	Crêpes aux champignons	Carottes vinaigrette	Céleri rémoulade	Potage Dubarry
Plat	Aiguillette d'Eglefin sauce curry	Tourte aux pommes de terre et fromage	Pané au blé Haut de cuisse de poulet rôti	Blanquette de poisson
Garniture	Epinards à la crème	Salade verte	Frites	Pâtes
Fromage	Fromage	Végétarien Fromage blanc	Vache Picon	Yaourt
Dessert	Fruit de saison	Gâteau aux pommes	Yaourt aromatisé	Salade de fruits

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 !

BON APPÉTIT !

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

Enfance & Pluriel & Itep L'Éveil

Semaine du 23 au 27 novembre 2026

	Lundi 23 novembre	Mardi 24 novembre	Jeudi 26 novembre	Vendredi 27 novembre
Entrée	Betteraves vinaigrette	Rillettes de poisson	Concombre au yaourt	Velouté de légumes
Plat	Gratin de macaronis et brocolis au gouda	Omelette ciboulette	Calamar à la romaine	Falafel Emincé de bœuf aux oignons
Garniture	Végétarien	Carottes glacées	Panais au curcuma	Riz
Fromage	Petit suisse	Fromage	Fromage	Yaourt
Dessert	Ile flottante	Gâteau marbré	Mouse au chocolat	Pomme rôtie au miel

RÉBUS



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

BON APPÉTIT !

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



Enfance & Pluriel — Itep & L'éveil

Semaine du 30 novembre au 04 décembre 2026

	Lundi 30 novembre	Mardi 01 décembre	Jeudi 03 décembre	Vendredi 04 décembre
Entrée	Velouté de petits pois	Salade verte aux noix et croûtons	Velouté de butternut	Chou fleur vinaigrette
Plat	Pané au blé Saucisse chipolatas	Crumble de merlu	Lasagnes à la florentine	Pizza Marguerita
Garniture	Lentilles	Aux petits légumes	Végétarien	Salade verte
Fromage	Yaourt	Fromage	Yaourt	Fromage
Dessert	Compote maison	Crème caramel	Poire au chocolat	Gâteau au spéculos

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

BON APPÉTIT !

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



Enfance & Pluriel & Itep L'éveil

Semaine du 07 au 11 décembre 2026

	Lundi 07 décembre	Mardi 08 décembre	Jeudi 10 décembre	Vendredi 11 décembre
Entrée	Salade de perles au surimi	Velouté de tomates	Soupe auvergnate	Carottes râpées
Plat	Aiguillette d'églefin Aiguillette de poulet sauce estragon	Brandade de poisson au curry	Quiche aux patates douces et oignons caramélisés	Falafel Jambon grill
Garniture	Haricots beurre au persil	Salade verte	~~Salade verte~~ Végétarien	Salsifis braisés
Fromage	Yaourt	Fromage	~~Fromage~~	Fromage
Dessert	Clémentine	Fromage blanc au coulis de fruits rouges	Salade de fruits frais	Cakepote

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 !

BON APPÉTIT !

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

Semaine du 14 au 18 décembre 2026

	Lundi 14 décembre Repas de Noël	Mardi 15 décembre	Jeudi 17 décembre	Vendredi 18 décembre
Entrée	Brochette de wrap au saumon fumé	Velouté de potimarron	Rillettes de légumes	Surimi mayonnaise
Plat	Burger de colin façon fish and chips Filet de poulet avec rôti	Couscous végétarien	Tacos aux nuggets de poulet Hallal	Filet de merlan à l'aneth
Garniture	Pommes de terre festives et haricots verts aux amandes	~~Semoule~~ Végétarien ~~Fromage~~	Frites	Petits pois et carottes
Fromage	Gouda de Noël		Petit suisse	Fromage
Dessert	Carré vanille, coulis de fruits exotiques	Crème praliné	Fruit de saison	Cake au citron



BON APPÉTIT !

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.

Fait maison