VALEURS CULINAIRES
Quand le bon rencontre le bien

AU MENU

83% fait maison cette semaine

Enfance & Pluriel — Itep Saint-Jean

Semaine du 02 au 06 novembre 2026

	Lundi 02 novembre	Mardi 03 novembre		Jeudi 05 novembre	Vendredi 06 novembre
Entrée		Velouté à la tomate vermicelle		Salade de pâtes au maïs	Concombres à la crème
Plat		Poisson pané au citron	LE REPAS TOUT ORANGE D'HALLOWEEN	Hachis parmentier de bœuf	Crumble de légumes aux lentilles
Garniture	Menu de rentrée	Pommes noisette		Salade verte	Haricots verts échalote
Fromage		Fromage		Fromage	Végétarien Fromage ou laitage
Dessert		Fruit		Gâteau vanille	Compote



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

70% fait maison cette semaine

Enfance & Plurielle — Itep Saint-Jean

Semaine du 09 au 13 novembre 2026

	Lundi 09 novembre	Mardi 10 novembre	Jeudi 12 novembre	Vendredi 13 novembre
Entrée	Menu Halloween Feuilleté saucisse ketchup	Rillettes de poissons	Velouté de légumes	Chèvre chaud toasté
Plat	Boulette de bœuf sauce tomate	Steak haché sauce brune	Médaillon de merlu sauce citron	Gratin de gnocchis sauce tomate
Garniture	Potimarron rôti	Haricots verts persillés	Brocolis	Végétarien
Fromage	Mimolette	Fromage à la coupe	Fromage à la coupe	Fromage à la coupe
Dessert	Mousse chocolat orange brisure de biscuit	Compote de fruits	Liégeois vanille	Fruit de saison

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

75% fait maison cette semaine

Enfance & Plurielle — Itep Saint-Jean

Semaine du 16 au 20 novembre 2026

	Lundi 16 novembre	Mardi 17 novembre	Jeudi 19 novembre	Vendredi 20 novembre
Entrée	Potage carotte cumin	Cervelas cornichon	Carottes vinaigrette	Potage Dubarry
Plat	Rôti de porc sauce moutarde	Colin sauce curry	Tortilla pommes de terre fromage	Blanquette de veau
Garniture	Pommes de terre rissolées	Épinards	Salade verte	Pâtes
Fromage	Fromage ou laitage	Fromage à la coupe	Fromage à la coupe	Vache Picon
Dessert	Crumble pommes cannelle	Yaourt fermier nature	Gâteau aux pommes	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 !

Végétarien

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

63% fait maison cette semaine

Enfance & Pluriel — Itep Saint-Jean

Semaine du 23 au 27 novembre 2026

	Lundi 23 novembre	Mardi 24 novembre	Jeudi 26 novembre	Vendredi 27 novembre
Entrée	Feuilleté au fromage	Betterave vinaigrette	Rillettes cornichon	Carottes au yaourt
Plat	Haut de cuisse de poulet rôti	Gratin macaronis et brocolis mimolette	Blanquette de dinde	Calamar à la romaine
Garniture	Frites	Végétarien	Carottes vichy	Purée de pommes de terre et panais
Fromage	Fromage à la coupe	Petit suisse	Fromage à la coupe	Fromage à la coupe
Dessert	Pêche au sirop	Île flottante	Gâteau marbré	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



63% fait maison cette semaine

Enfance & Pluriel — Itep Saint-Jean

Semaine du 30 novembre au 04 décembre 2026

	Lundi 30 novembre	Mardi 01 décembre	Jeudi 03 décembre	Vendredi 04 décembre
Entrée	Coleslaw	Smoothie de petits pois	Salade verte & croûtons	Velouté de butternut
Plat	Émincé de bœuf à la thaï	Gratin de merlu à l'emmental aux légumes	Saucisse aux lentilles	Œufs durs florentine
Garniture	Riz			Végétarien
Fromage	Fromage à la coupe	Fromage à la coupe	Fromage à la coupe	Fromage à la coupe
Dessert	Mousse au chocolat	Yaourt nature	Poire au chocolat	Crème dessert chocolat

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



69% fait maison cette semaine

Enfance & Pluriel — Itep Saint-Jean

Semaine du 07 au 11 décembre 2026

	Lundi 07 décembre	Mardi 08 décembre	Jeudi 10 décembre	Vendredi 11 décembre
Entrée	Velouté de brocolis	Salade de perles surimi sauce corail	Velouté de tomates vermicelle	Soupe auvergnate
Plat	Spaghettis à la bolognaise	Aiguillettes de poulet moutardées	Brandade de poisson	Quiche patate douce et oignons caramélisés
Garniture		Haricots beurre	Salade verte	Salade verte
Fromage	Emmental Fromage	Fromage à la coupe	Fromage à la coupe	Végétarien Fromage ou laitage
Dessert	Novly caramel	Fromage blanc coulis de fruits	Clémentine	Salade de fruits

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

63% fait maison cette semaine

Enfance & Pluriel — Itep Saint-Jean

Semaine du 14 au 18 décembre 2026

	Lundi 14 décembre	Mardi 15 décembre	Jeudi 17 décembre	Vendredi 18 décembre
Entrée	Carottes râpées au yaourt	Velouté de potiron	Saucisson à l'ail	
Plat	Chili con carne	Couscous végétarien (légumes, pois chiches, semoule)	Poisson à l'aneth	
Garniture	Riz	Végétarien	Pennes	Repas de Noël
Fromage	Fromage à la coupe	Fromage à la coupe	Fromage à la coupe	
Dessert	Gâteau marbré	Crème vanille	Compote	



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