



S23	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi Repas végétarien	Vendredi
MENU GRAND	Salade de blé au basilic	Salade de lentilles	Salade de tomates	Betteraves bio	Salade avocat crevette
<i>Choix semaine</i>	Rôti de dinde à la moutarde	Sauté de veau sauce provençale	Sauté de poulet aux herbes	Chili végétarien	Thon à la Sicilienne
<i>Entrée</i>	Chou-fleur à la béchamel	Courgettes	Semoule	Riz bio	Torsades
<i>Macédoine de légumes</i>	Suisse aux fruits bio	Tartare nature	Chanteneige	Yaourt fermier nature bio	Emmental (coupe)
<i>Légumes</i>	Fruit	Fruit	Purée de fruits	Fraises et sucre	Purée de fruits
<i>Purée de carottes</i>					
MENU MOULINE	Potage de légumes	Potage de légumes	Potage de légumes	Potage de légumes	Potage de légumes
	Bœuf au jus	Poulet au jus	Jambon blanc*	Dinde au jus	Poisson en court bouillon
	Purée de p. de terre Brocolis	Pommes de terre bio Purée d'épinards bio	Coquillettes Carottes bio	Semoule bio Courgettes	Riz Haricots verts bio
	Vache qui rit bio	Tartare nature bio	Chanteneige	Yaourt fermier nature bio	Yaourt nature bio
	Purée de fruits bio	Fruit	Purée de fruits	Fraises et sucre	Purée de fruits
MENU MIXÉ	Bœuf	Poulet	Jambon blanc*	Dinde	Poisson
	Carottes	Carottes	Carottes bio	Carottes	Carottes
	Brocolis	Epinards bio	Potiron	Courgettes	Haricots verts bio
	Pommes de terre	Pommes de terre bio	Pommes de terre	Pommes de terre bio	Pommes de terre
	Yaourt nature bio	Fromage blanc nature bio	Suisse nature	Fromage blanc nature	Yaourt nature bio
	Purée de fruits bio	Purée de fruits	Purée de fruits	Purée de fruits bio	Purée de fruits

Légende

- Produit issu de l'agriculture biologique
- Produit local / circuit court
- Viande Française
- Filière marine engagée
- Région Ultrapériphérique
- Indication géographique protégée
- Appellation d'origine contrôlée
- Recette du Chef
- Issus du commerce équitable
- Certifications environnementales

* Présence de porc

Les groupes alimentaires

Fruits et Légumes
Vianes, poisson œufs
Féculets
Matières grasses
Produits laitiers
Produits sucrés

Le savais-tu ?

La richesse des fruits
Les fruits regorgent de vitamines ! Elles sont essentielles aux cellules de ton corps pour bien fonctionner. Ainsi, la vitamine **C** aide ton corps à se défendre contre les maladies, la vitamine **A** t'aide à grandir et est bonne pour ta vue et la vitamine **B** aide ton corps à bien fonctionner. Les fruits sont également riches en eau et permettent à ton corps de s'hydrater. Source de fibres, ils participent au bon fonctionnement de ton tube digestif. Enfin ils sont riches en glucides (sucres) qui servent de carburant pour ton cerveau et pour tes muscles.

Menus Crèches

Menus du 08 au 12 juin 2026



S24	Lundi Repas végétarien	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
MENU GRAND	Salade de Pomme de terre	Taboulé	Houmous du chef	Salade de tomates bio	Concombres bio tzatziki
<i>Choix semaine</i>					
<i>Entrée</i> Carottes rapées	Pizza à la grecque	Colin au paprika	Rôti de porc sauce pesto rosso*	Lasagnes de bœuf	Sauté de poulet à la basquaise
<i>Légumes</i> Petits pois	Carottes vichy	Ratatouille bio	Haricots beurre persillés	(Plat complet)	Riz bio
	Yaourt nature	Petite tomme du trièves bio (coupe)	Fromage blanc nature	Petit Louis	Vache Picon
	Pomme bio	Fruit bio	Fruit	Purée de fruits	Purée de fruits

	Potage de légumes	Potage de légumes	Potage de légumes	Potage de légumes	Potage de légumes
MENU MOULINE	Jambon blanc*	Porc* au jus	Dinde au jus	Bœuf bio au jus	Poisson en court bouillon
	Purée de p. de terre Potiron	Semoule Haricots verts	Pommes de terre Courgettes	Purée de p. de terre bio Carottes	Coquillettes Epinards
	Yaourt nature bio	Samos	Fromage blanc nature bio	Petit louis	Suisse nature bio
	Purée de fruits bio	Purée de fruits bio	Purée de fruits bio	Purée de fruits bio	Fruit

MENU MIXÉ	Jambon blanc*	Porc*	Dinde	Bœuf bio	Poisson
	Carottes	Carottes	Carottes	Carottes bio	Carottes
	Potiron	Haricots verts	Courgettes	Céleri	Epinards
	Pommes de terre	Pommes de terre	Pommes de terre	Pommes de terre bio	Pommes de terre
	Yaourt nature bio	Suisse nature	Fromage blanc nature	Yaourt nature	Suisse nature bio
	Purée de fruits bio	Purée de fruits bio	Purée de fruits bio	Purée de fruits bio	Purée de fruit

Légende

- Produit issu de l'agriculture biologique
- Région Ultrapériphérique
- Issus du commerce équitable
- Produit local / circuit court
- Indication géographique protégée
- Certifications environnementales
- Viande Française
- Appellation d'origine contrôlée
- Recette du Chef
- Pêche responsable

* Présence de porc

Le savais-tu ?

Le riz est une céréale de la famille des graminées. L'origine du riz est très ancienne, puisqu'il est consommé depuis plus de 5000 ans. Aujourd'hui encore, il s'agit de la denrée alimentaire de base de près de la moitié de la population mondiale.

Il en existe plusieurs variétés : riz blanc, riz rond, riz basmati, riz noir, etc

Le riz est très intéressant sur un plan nutritionnel car source de glucides complexes et de protéines et pauvre en matières grasses.

Les groupes alimentaires

Fruits et Légumes

Viandes, poisson œufs

Féculents

Matières grasses

Produits laitiers

Produits sucrés



S25	Lundi Repas végétarien	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
MENU GRAND <i>Choix semaine :</i> Entrée Betteraves vinaigrette Légumes Carottes persillées	Macédoine de légumes bio mayonnaise	Salade de riz provençale vinaigrette	Melon	Céleri	Salade de tomates bio
	Tarte chèvre tomate	Sauté de bœuf bio sauce tex-mex	Rôti de dinde sauce charcutière	Coquillettes aux dés de jambon*	Poisson sauce beurre blanc
	Carottes persillées	Haricots verts	Boulgour et courgettes	(Plat complet)	Pommes de terre cubes
	Fromage blanc nature bio	Le Carré Président	Mimolette	Petit moulé nature	Yaourt fermier vanille bio
	Fruit bio	Fruit	Purée de fruits	Purée de fruits bio	Purée de fruits

MENU MOULINÉ	Potage de légumes	Potage de légumes	Potage de légumes	Potage de légumes	Potage de légumes
	Poulet au jus	Poisson en court bouillon	Bœuf au jus	Porc* au jus	Jambon blanc*
	Pommes de terre bio Courgettes	Riz bio Epinards	Pomme de terre Carottes bio	Coquillettes Petits pois	Purée de pommes de terre bio Haricots verts bio
	Fromage blanc nature	Le Carré Président	Suisse nature bio	Yaourt nature bio	Fromage blanc nature
	Fruit bio	Fruit	Purée de fruits bio	Purée de fruits bio	Purée de fruits

MENU MIXÉ	Poulet	Poisson	Bœuf	Porc*	Jambon blanc*
	Carottes	Carottes	Carottes bio	Carottes	Carottes
	Courgettes	Epinards	Potiron	Petits pois	Haricots verts bio
	Pommes de terre bio	Pommes de terre bio	Pommes de terre	Pdt	Pommes de terre bio
	Fromage blanc nature	Yaourt nature	Suisse nature bio	Yaourt nature bio	Fromage blanc nature
	Purée de fruits bio	Purée de fruits bio	Purée de fruits	Purée de fruits bio	Purée de fruits

Légende

- Produit issu de l'agriculture biologique
- Produit local / circuit court
- Viande Française
- Filière marine engagée
- Région Ultrapériphérique
- Indication géographique protégée
- Appellation d'origine contrôlée
- Recette du Chef
- Issus du commerce équitable
- Certifications environnementales

* Présence de porc

Le savais-tu ?

La courgette est très riche en minéraux et oligo-éléments bons pour ta santé !
 La courgette fait partie de la famille des courges.
 Au XVIII^{ème} siècle, les italiens eurent l'idée de consommer certaines variétés de courges avant qu'elles ne soient parfaitement mûres.
 C'est ainsi que les courgettes sont apparues...
 Les fleurs de courgettes se mangent aussi. Et oui !
 Elles se dégustent farcies ou en beignets.

Les groupes alimentaires



Tous nos plats sont susceptibles de contenir les 14 allergènes suivants : céréales contenant du gluten (seigle, blé, orge, avoine, épeautre, kamut), crustacés, œufs, poissons, arachides, soja, lait, fruits à coque, céleri, moutarde, sésame, anhydride sulfureux et sulfites, lupin et mollusques.



S26	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi Repas végétarien	Vendredi
MENU GRAND	Radis bio et beurre	Carottes râpées	Houmous	Melon bio	Cake au fromage du chef
<i>Choix semaine :</i>					
<i>Entrée</i> Tomate à croquer	Sauté de porc sauce aux herbes*	Aiguillettes de poulet sauce toscane	Steak de bœuf sauce barbecue	Salade napolitain bio	Hoki sauce provençale
<i>Légumes</i> Haricots beurre persillés	Petits pois	Lentilles bio	Brocolis	aux œufs bio	Ratatouille
	Vache qui rit bio	Bûche de chèvre (coupe)	Tartare nature	Edam	Yaourt fermier vanille
	Purée de fruits	Purée de fruits	Fruit	Purée de fruits bio	Fruit

	Potage de légumes	Potage de légumes	Potage de légumes	Potage de légumes	Potage de légumes
	Veau au jus	Poisson en court bouillon	Bœuf bio au jus	Poulet au jus	Omelette
MENU MOULINÉ	Purée de p. de terre bio Chou-fleur	Semoule Haricots verts bio	Purée de p. de terre Brocolis	Riz bio Epinards	Pommes de terre bio Courgettes
	Vache qui rit	Suisse nature bio	Tartare nature	Fromage blanc nature bio	Yaourt fermier nature
	Purée de fruits bio	Purée de fruits	Purée de fruit bio	Purée de fruits	Fruit

	Veau	Poisson	Bœuf bio au jus	Poulet	Dinde
	Carottes	Carottes	Carottes	Carottes	Carottes
	Chou-fleur	Haricots verts bio	Brocolis	Epinards	Courgettes
MENU MIXÉ	Pommes de terre bio	Pommes de terre	Pommes de terre	Pommes de terre bio	Pommes de terre bio
	Yaourt nature	Suisse nature bio	Yaourt nature	Fromage blanc nature bio	Yaourt fermier nature
	Purée de fruits bio	Purée de fruits	Purée de fruit bio	Purée de fruits	Purée de fruits

Légende

- Produit issu de l'agriculture biologique
- Région Ultrapériphérique
- Issus du commerce équitable
- Indication géographique protégée
- Certifications environnementales
- Produit local / circuit court
- Appellation d'origine contrôlée
- Viande Française
- Recette du Chef
- Filière marine engagée

* Présence de porc

Les groupes alimentaires



Le savais-tu ?

Le melon bio est un fruit cultivé sans pesticides ni produits chimiques, dans le respect de la nature. Il est riche en eau, ce qui aide à bien s'hydrater, surtout en été. Il contient aussi des vitamines, notamment la vitamine C, qui aide le corps à rester en forme. Le fait qu'il soit **bio** signifie qu'il est meilleur pour l'environnement et qu'il protège la qualité des sols et de l'eau.