

ECOLE DE RABASTENS

Semaine n°02 : du 8 au 12 Janvier 2024



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI
ENTRÉE	Salade verte nature PRI ET potage de légumes MAT	Chou rouge vinaigrette	Potage de légumes	Céleri râpé rémoulade	Salade antillaise
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Lasagne à la bolognaise	Emincé de dinde au miel épicé	Rôti de porc au jus *	Semoule aux pois chiches, carottes à la crème curcum BIO (aromates non bio)	Parmentier de poisson au potiron
	(Plat complet)	Blé	Haricots verts	(Plat complet)	(Plat complet)
PRODUIT LAITIER	Yaourt sucré	Fondu président	Saint Morêt	Tomme blanche	Emmental
DESSERT	Pomme	Liégeois vanille	Clémentine	Galette des Rois	Banane

TOUT SAVOIR SUR NOS RECETTES

Salade antillaise : riz, poivron, ananas / Kasutera: Gâteau moelleux au miel

P.A. n°4



Semaine n°03 : du 15 au 19 Janvier 2024

LE JAPON



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI
ENTRÉE	Chou-fleur vinaigrette	Salade de pâtes papillon ciboulette	Betterave nature	Radis blanc Daïkon et CAROTTE vinaigrette	Salade verte nature PRI et Vermicelle MAT
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Bouchées de blé panées	Poisson meunière	Poulet rôti	Boulettes de bœuf sauce Yakitori	Pommes de terre à la savoyarde *
	Petits pois cuisinés	Poêlée de légumes	Lentilles au curry	Riz créole	(Plat complet)
PRODUIT LAITIER	Yaourt aromatisé	Fromage frais au sel de Guérande	Edam	Brie	Vache qui rit
DESSERT	Orange	Pomme	Poire	Kasutera (sous réserve de validation fournisseur)	Flan à la vanille

* contient du porc

Les labels de qualité (sauf BIO) concernent l'ingrédient majoritaire de la recette.

BIO

Le picto BIO indique une recette respectant les exigences du règlement CE n°889/2008. Pour les recettes contenant moins de 100% de produits BIO, l'ingrédient BIO sera précisé dans le libellé du plat.

LOCAL

Le picto Local indique un produit issu du terroir de proximité entre le producteur et notre cuisine.

P.A. n°5



Bleu Blanc Cœur



Plat végétarien



Label rouge



Viande/Œuf de France



Pêche responsable



UNE ALIMENTATION SAINE & NATURELLE AU PLUS PRÈS DES TERRITOIRES

Les produits peuvent être substitués pour des raisons de saisonnalité et/ou d'approvisionnement

ECOLE DE RABASTENS

Semaine n°04 : du 22 au 26 Janvier 2024



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
ENTRÉE	Salade des incas	Macédoine de légumes mayonnaise	Potage de légumes	Carotte râpée vinaigrette	Crêpe au fromage
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Colombo de volaille	Hachis parmentier	Tarte au fromage	Penne BIO au crémeux de haricots rouges	Colin sauce armoricaine
	Chou-fleur	(Plat complet)	Epinards béchamel	(Plat complet)	Boulgour
PRODUIT LAITIER	Fromage frais sucré	Camembert	Yaourt aromatisé	Emmental	Gouda
DESSERT	Pomme	Mousse au chocolat	Banane	Purée pomme poire	Clémentine

TOUT SAVOIR SUR NOS RECETTES

Salade des incas : riz, carotte, maïs / Salade fantaisie: céleri BIO, pomme, raisins secs

P.A. n°1

Semaine n°05 : du 29 Janvier au 2 Février 2024



* contient du porc

Les labels de qualité (sauf BIO) concernent l'ingrédient majoritaire de la recette.

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
ENTRÉE	Salade de tortis	Salade fantaisie (céleri BIO)	Betterave nature BIO ciboulette	Salade verte nature PRI ET Vermicelle MAT	Chou blanc BIO vinaigrette
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Bœuf bourguignon	Cassoulet *	Croc blé épinards fromage	Riz à la cantonnaise *	Colin pané citron
	Carottes braisées	(Plat complet)	Purée de potiron	(Plat complet)	Haricots beurre
PRODUIT LAITIER	Fraidou	Coulommiers	Pavé 1/2 sel	Yaourt sucré	Rondelé nature
DESSERT	Poire	Liégeois vanille	Compote de pommes	Pomme	Crêpe de la Chandeleur

BIO

Le picto BIO indique une recette respectant les exigences du règlement CE n°889/2008. Pour les recettes contenant moins de 100% de produits BIO, l'ingrédient BIO sera précisé dans le libellé du plat.

LOCAL

Le picto Local indique un produit issu du terroir de proximité entre le producteur et notre cuisine.

P.A. n°2



Bleu Blanc Cœur



Plat végétarien



Label rouge



Viande/Œuf de France



Pêche responsable



UNE ALIMENTATION SAINE & NATURELLE AU PLUS PRÈS DES TERRITOIRES

Les produits peuvent être substitués pour des raisons de saisonnalité et/ou d'approvisionnement



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
ENTRÉE	Salade mimosa	Salade arlequin NATURE	Taboulé	Salade verte nature PRI ET potage de potiron MAT	Salade vitaminée
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Emincé de dinde à la crème	Beignets de poisson	Chou-fleur à la parisienne *	Penne bolognaise	Parmentier de lentilles à la patate douce
	Poêlée de légumes	Epinards béchamel	(Plat complet)	(Plat complet)	(Plat complet)
PRODUIT LAITIER	Petit fromage frais nature	Brie	Yaourt aromatisé	Emmental	Carré frais
DESSERT	Orange	Banane	Pomme	Compote de poire	Flan nappé caramel

TOUT SAVOIR SUR
NOS RECETTES

Salade mimosa : riz , oeufs
durs, ciboulette / Salade
vitaminée: carotte , chou
chinois vinaigrette à l'orange /
Salade arlequin: p. de terre,
petits pois, maïs / Salade
western: haricots rouges
maïs/ Salade pastourelle:
pâtes, tomate, poivron/
Tortilla: omelette aux p. de
terre

* contient du porc

P.A. n°3

Nouvel an Chinois

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
ENTRÉE	Betterave nature	Vermicelle	Salade western	Salade pastourelle	Pâté de foie *
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Sauté de bœuf aux oignons	Couscous de légumes BIO (aromates non BIO)	Tortilla	Poulet rôti	Colin sauce bercy
	Riz créole	(Plat complet)	Haricots beurre au curcuma	Petits pois cuisinés	Carottes
PRODUIT LAITIER	Edam	Fondu président	Bûchette mi chèvre	Yaourt sucré	Camembert
DESSERT	Poire	Beignet de Mardi Gras	Banane	Purée de pommes	Kiwi

Les labels de qualité (sauf BIO)
concernent l'ingrédient
majoritaire de la recette.

BIO

Le picto BIO indique une recette
respectant les exigences du
règlement CE n°889/2008. Pour les
recettes contenant moins de 100%
de produits BIO, l'ingrédient BIO
sera précisé dans le libellé du plat.

LOCAL

Le picto Local indique un produit
issu du terroir de proximité entre le
producteur et notre cuisine.

P.A. n°4



Bleu Blanc Cœur



Plat végétarien



Label rouge



Viande/Œuf de France



Pêche responsable



UNE ALIMENTATION SAINE & NATURELLE
AU PLUS PRÈS DES TERRITOIRES

Les produits peuvent être substitués pour des raisons de saisonnalité et/ou d'approvisionnement

ECOLE DE RABASTENS

Semaine n°08 : du 19 au 23 Février 2024



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
ENTRÉE	Potage de légumes	Semoule fantaisie	Betterave nature	Salade coleslaw	Macédoine de légumes mayonnaise
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Parmentier de bœuf au potiron	Palette de porc sauce provençale *	Jambalaya de poulet (riz BIO)	Nugget's de blé	Colin meunière
	(Plat complet)	Poêlée de légumes	(Plat complet)	Tortis sauce napolitaine	Blé à la tomate
PRODUIT LAITIER	Yaourt aromatisé	Rondelé	Brie	Carré frais	Mimolette
DESSERT	Madeleine	Banane	Flan vanille	Purée de pommes	Pomme

TOUT SAVOIR SUR NOS RECETTES

Semoule fantaisie: semoule, maïs, tomate / Salade coleslaw: carotte, chou blanc, mayonnaise

P.A. n°5

* contient du porc

Semaine n°09 : du 26 Février au 1er Mars 2024

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
ENTRÉE	Salade de pommes de terre échalote NATURE	Salade verte nature PRI ET Vermicelle MAT	Feuilleté au fromage	Céleri rémoulade	Pâté de campagne *
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Sauté de bœuf miron	Colin pané	Palette de porc braisée *	Omelette	Cordon bleu
	Carottes braisées	Purée de pommes de terre	Chou-fleur béchamel	Coquillettes	Petits pois cuisinés
PRODUIT LAITIER	Yaourt nature sucré	Coulommiers	Fondu président	Emmental	Fromage frais nature
DESSERT	Kiwi	Liégeois chocolat	Banane	Moelleux chocolat	Cocktail de fruits coupelle

Les labels de qualité (sauf BIO) concernent l'ingrédient majoritaire de la recette.

Le picto BIO indique une recette respectant les exigences du règlement CE n°889/2008. Pour les recettes contenant moins de 100% de produits BIO, l'ingrédient BIO sera précisé dans le libellé du plat.

Le picto Local indique un produit issu du terroir de proximité entre le producteur et notre cuisine.

P.A. n°1



Bleu Blanc Cœur



Plat végétarien



Label rouge



Viande/Œuf de France



Pêche responsable



Ansamble

UNE ALIMENTATION SAINE & NATURELLE
AU PLUS PRÈS DES TERRITOIRES

Les produits peuvent être substitués pour des raisons de saisonnalité et/ou d'approvisionnement

ECOLE DE RABASTENS

Semaine n°10 : du 4 au 8 Mars 2024



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
ENTRÉE	Carotte râpée vinaigr	Taboulé	Salade de blé	Macédoine PRI ET potage de potiron MAT	Chou rouge aux raisins
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Saucisse de Toulouse *	Colin sauce normande	Poulet rôti	Goulash de bœuf	Omelette au fromage
	Lentilles cuisinées	Haricots beurre	Julienne de légumes	Purée de pommes de terre	Farfalles à la milanaise
PRODUIT LAITIER	Gouda	Saint môret	Yaourt aromatisé	Brie	Vache qui rit
DESSERT	Flan nappé caramel	Banane	Orange	Pomme	Fromage blanc aux fruits

TOUT SAVOIR SUR NOS RECETTES

Salade de pâtes tricolore: pâtes tricolores, poivron, olive/ Salade fantaisie: céleri, pomme, raisins secs

P.A. n°2

* contient du porc

Semaine n°11 : du 11 au 15 Mars 2024

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
ENTRÉE	Crêpe au fromage	Salade fantaisie PRI ET Vermicelle MAT	Salade de pâtes tricolores	Salade verte aux croutons	Pâté de foie *
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Nugget's de poulet	Tajine de légumes aux figues et semoule BIO aux pois chiches	Sauté de porc au caramel *	Boulettes de bœuf sauce tomate	Colin meunière
	Poêlée de légumes	(Plat complet)	Carottes braisées	Riz créole	Chou fleur béchamel
PRODUIT LAITIER	Emmental	Pavé 1/2 sel	Yaourt sucré	Fromage frais au sel de Guérande	Camembert
DESSERT	Pomme	Liégeois chocolat	Banane	Purée pomme	Poire

Les labels de qualité (sauf BIO) concernent l'ingrédient majoritaire de la recette.

Le picto BIO indique une recette respectant les exigences du règlement CE n°889/2008. Pour les recettes contenant moins de 100% de produits BIO, l'ingrédient BIO sera précisé dans le libellé du plat.

Le picto Local indique un produit issu du terroir de proximité entre le producteur et notre cuisine.

P.A. n°3



Bleu Blanc Cœur



Plat végétarien



Label rouge



V viande/Œuf de France



Pêche responsable



UNE ALIMENTATION SAINE & NATURELLE
AU PLUS PRÈS DES TERRITOIRES

Les produits peuvent être substitués pour des raisons de saisonnalité et/ou d'approvisionnement



ECOLE DE RABASTENS

Semaine n°12 : du 18 au 22 Mars 2024

CANADA



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
ENTRÉE	Carottes râpées BIO ciboulette	Macédoine PRI ET potage de légumes MAT	Salade western	Salade de chou crémeuse	Semoule fantaisie
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Tortis bolognaise de lentilles	Emincé de dinde à la crème	Paupiette de veau chasseur	Pâté chinois Québécois	Beignet de poisson citron
	(Plat complet)	Blé	Courgettes béchamel	***	Haricots beurre
PRODUIT LAITIER	Edam	Yaourt sucré	Bûchette mi chèvre	Fondu président	Camembert
DESSERT	Crème dessert vanille	Pomme	Compote de poires	Pancake au sirop d'érable (sous réserve de validation fournisseur)	Banane

P.A. n°4

TOUT SAVOIR SUR NOS RECETTES

Salade western: haricots rouges maïs / Semoule fantaisie: semoule, maïs, tomate / Pâté chinois Québécois: parmentier pommes de terre, maïs, bœuf / Salade colorée: carotte, chou rouge

* contient du porc

Semaine n°13 : du 25 au 29 Mars 2024

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
ENTRÉE	Céleri rémoulade	Macédoine PRI ET Vermicelle MAT	Chou-fleur à la grecque	Coquillettes au basilic	Salade colorée
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Sauté de bœuf printanier	Merlu sauce crustacés	Poulet rôti	Bouchées de blé panées	Rôti de porc à la moutarde *
	Carottes braisées	Purée de pommes de terre	Riz créole	Poêlée de légumes	Haricots blancs cuisinés
PRODUIT LAITIER	Fromage frais sucré	Mimolette	Coulommiers	Yaourt aromatisé	Saint Morêt
DESSERT	Moelleux marbré chocolat	Poire	Mousse au chocolat	Banane	Cocktail de fruits coupelle

P.A. n°5

Les labels de qualité (sauf BIO) concernent l'ingrédient majoritaire de la recette.

BIO

Le picto BIO indique une recette respectant les exigences du règlement CE n°889/2008. Pour les recettes contenant moins de 100% de produits BIO, l'ingrédient BIO sera précisé dans le libellé du plat.

LOCAL

Le picto Local indique un produit issu du terroir de proximité entre le producteur et notre cuisine.



Bleu Blanc Cœur



Plat végétarien



Label rouge



Viande/Cœuf de France



Pêche responsable



UNE ALIMENTATION SAINE & NATURELLE
AU PLUS PRÈS DES TERRITOIRES

Les produits peuvent être substitués pour des raisons de saisonnalité et/ou d'approvisionnement



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
ENTRÉE		Betterave BIO vinaigrette	Salade de lentilles	Radis beurre	Salade de riz, tomate, maïs
PLAT & ACCOMPAGNEMENT		Lasagne bolognaise	Rôti de dinde sauce provençale	Couscous de légumes BIO (aromates non bio)	Colin meunière
PRODUIT LAITIER		(Plat complet)	Haricots verts	(Plat complet)	Courgettes béchamel
DESSERT		Yaourt aromatisé	Saint Paulin	Fraidou	Fromage frais sucré
		Pomme	Banane	Dessert de Pâques	Madeleine

TOUT SAVOIR SUR NOS RECETTES

Salade coleslaw: carotte, chou blanc, mayonnaise

P.A. n°1

* contient du porc

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
ENTRÉE	Concombre nature	Taboulé	Crêpe au fromage	Radis beurre	Salade coleslaw
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Macaronis BIO	Beignets de poisson	Nuggets de blé	Riz à la cantonnaise *	Sauté de bœuf marengo
	à la parisienne *	Carottes braisées	Ratatouille	(Plat complet)	Purée de pommes de terre
PRODUIT LAITIER	Emmental	Yaourt nature sucré	Fondu président	Fromage frais sucré	Camembert
DESSERT	Fromage blanc aux fruits rouges	Poire	Pomme	Purée pomme	Mousse au chocolat



Le picto BIO indique une recette respectant les exigences du règlement CE n°889/2008. Pour les recettes contenant moins de 100% de produits BIO, l'ingrédient BIO sera précisé dans le libellé du plat.



Le picto Local indique un produit issu du terroir de proximité entre le producteur et notre cuisine.

P.A. n°2



Bleu Blanc Cœur



Plat végétarien



Label rouge



Viande/Œuf de France



Pêche responsable



UNE ALIMENTATION SAINE & NATURELLE
AU PLUS PRES DES TERRITOIRES

Les produits peuvent être substitués pour des raisons de saisonnalité et/ou d'approvisionnement

ECOLE DE RABASTENS

Semaine n°16 : du 15 au 19 Avril 2024



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
ENTRÉE	Salade pastourelle	Tomate nature	Salade de pommes de terre échalote NATURE	Carotte râpée vinaigrette	Salade de riz
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Poulet rôti	Parmentier de lentilles corail	Cordon bleu	Boulettes de bœuf sauce napolitaine	Merlu sauce catalane
	Haricots verts	(Plat complet)	Epinards béchamel	Semoule	Julienne de légumes
PRODUIT LAITIER	Fondu président	Emmental	Petit suisse sucré	Coulommiers	Fromage frais au sel de Guérande
DESSERT	Pomme	Liégeois chocolat	Kiwi	Purée pomme fraise	Poire

TOUT SAVOIR SUR NOS RECETTES

Salade pastourelle: pâtes, tomate, poivron / Semoule fantaisie: semoule, maïs, tomate

P.A. n°3

* contient du porc

Semaine n°17 : du 22 au 26 Avril 2024

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
ENTRÉE	Betterave nature BIO ciboulette	Céleri BIO rémoulade	Semoule fantaisie	Concombre nature	Saucisson à l'ail *
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Coquillettes bolognaise	Saucisse de toulouse *	Emincé de dinde à l'estragon	Dahl de pois chiches et RIZ BIO	Beignet de poisson citron
	(Plat complet)	Purée de pommes de terre	Petits pois cuisinés	(Plat complet)	Carottes braisées
PRODUIT LAITIER	Edam	Fromage frais nature	Brie	Yaourt nature sucré	Gouda
DESSERT	Pomme	Flan vanille	Orange	Tarte aux poires	Banane

Les labels de qualité (sauf BIO) concernent l'ingrédient majoritaire de la recette.



Le picto BIO indique une recette respectant les exigences du règlement CE n°889/2008. Pour les recettes contenant moins de 100% de produits BIO, l'ingrédient BIO sera précisé dans le libellé du plat.



Le picto Local indique un produit issu du terroir de proximité entre le producteur et notre cuisine.

P.A. n°4



Bleu Blanc Cœur



Plat végétarien



Label rouge



Viande/Œuf de France



Pêche responsable











UNE ALIMENTATION SAINE & NATURELLE AU PLUS PRÈS DES TERRITOIRES

Les produits peuvent être substitués pour des raisons de saisonnalité et/ou d'approvisionnement

ECOLE DE RABASTENS

Semaine n°18 : du 29 Avril au 3 Mai 2024

1er Mai

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
ENTRÉE	Salade de coquillettes	Macédoine de légumes mayonnaise		Carotte râpée BIO ciboulette	Tomate nature
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Courgettes au bœuf 	Marmite de poisson 		Croc blé épinards fromage 	Palette de porc sauce basilic * 
	(Plat complet)	Semoule 		Haricots verts	Lentilles cuisinées
PRODUIT LAITIER	Carré frais 	Yaourt nature sucré		Pavé 1/2 sel	Camembert 
DESSERT	Pomme	Banane	Gauffre	Cocktail de fruits coupelle	



TOUT SAVOIR SUR NOS RECETTES

P.A. n°5



Bleu Blanc Cœur



Plat végétarien



Label rouge



Viande/Œuf de France



Pêche responsable



UNE ALIMENTATION Saine & Naturelle
AU PLUS PRÈS DES TERRITOIRES

Les produits peuvent être substitués pour des raisons de saisonnalité et/ou d'approvisionnement

* contient du porc