



Lundi 06 Janvier	Mardi 07 Janvier	Mercredi 08 Janvier	Jeudi 09 Janvier	Vendredi 10 Janvier
Salade de pois chiches  Tortellinis ricotta épinards sauce crème Camembert à la coupe <b>Fruit de saison Bio</b>  	Salade de blé au pesto rouge Potée de bœuf <b>Haricots verts à l'ail Bio</b> Chanteneige <b>Galette des Rois</b> <b>frangipane</b> 	<b>Salade verte Bio</b> Galopin de veau <b>Purée de patates douces Bio</b> Emmental à la coupe Fromage blanc sucré	Pâté de campagne Quenelles sauce mornay <b>Carottes sautées Bio</b> Edam <b>Ananas Bio</b>  	<b>Coleslaw de chou Bio sauce cocktail</b> <b>Marmite de colin MSC, moules et crevettes</b> Boulgour Brousse à la coupe Flan caramel
Lundi 13 Janvier	Mardi 14 Janvier	Mercredi 15 Janvier	Jeudi 16 Janvier	Vendredi 17 Janvier
Taboulé Sauté de porc <b>Brocolis à la crème Bio</b> Emmental à la coupe <b>Fruit de saison Bio</b>  	<b>Carottes râpées Bio</b> <b>Poulet rôti Bio</b> Pommes noisettes Coulommiers à la coupe Crème dessert vanille	<b>Salade de petits pois BIO à la mayonnaise</b> Lasagne à la bolognaise Carré président Flan chocolat	<b>Notre cake à la mimolette</b>  Dahl de lentilles <b>Riz IGP</b> Petit suisse sucré <b>Fruit de saison Bio</b>  	<b>Salade verte Bio</b> <b>Hoki MSC à la sauce tomate</b> Pommes de terre Gouda à la coupe <b>Purée de fruits Bio</b>



**Des Menus végétariens**  
**Pour diversifier les protéines**

EN SAVOIR PLUS



**Bonne année!**



 **Bio** : Produit issu de l'agriculture biologique. *Seule la composante précisée est Bio*  
 **IGP** : Indication Géographique Protégée  
 **AOP** : Appellation d'Origine Protégée  
 **Label Rouge** : Viande de qualité supérieure  
 **Menu végétarien**  
 **Aide UE à destination des écoles**

 Présence possible de l'ensemble des allergènes dans nos plats
  Des aléas d'approvisionnement peuvent exceptionnellement occasionner des changements sur les produits sélectionnés.



Lundi 20 Janvier	Mardi 21 Janvier	Mercredi 22 Janvier	Jeudi 23 Janvier	Vendredi 24 Janvier
<p>Salade de betteraves Bio</p> <p>Couscous de pois chiches Bio</p> <p><b>V</b>égé</p> <p>et ses légumes Bio</p> <p>Emmental à la coupe</p> <p>Fruit de saison Bio</p>	<p>Coleslaw de céleris Bio sauce cocktail</p> <p>Loubia de bœuf</p> <p>Polenta</p> <p>Mimolette</p> <p>Yaourt aromatisé</p>	<p>Salade de maïs aux oignons</p> <p>Sauté de dinde Label Rouge sauce colombo</p> <p>Carottes Bio</p> <p>Brie à la coupe</p> <p>Fruit de saison Bio</p>	<p>Verre de sirop de grenadine</p> <p>Salade verte Bio</p> <p>Saucisse de Toulouse</p> <p>Purée de pommes de terre au Cantal AOP (façon aligot)</p> <p>Vache picon</p> <p>Notre moelleux aux pommes caramélisées</p>	<p>Salade de coquillettes à la provençale</p> <p>Bâtonnets de colin MSC panés et citron</p> <p>Butternut mornay Bio</p> <p>Bûche du pilat à la coupe</p> <p>Fruit de saison Bio</p>
Lundi 27 Janvier	Mardi 28 Janvier	Mercredi 29 Janvier	Jeudi 30 Janvier	Vendredi 31 Janvier
<p>Pizza au fromage</p> <p>Ragoût de dinde Label Rouge</p> <p>Haricots verts à l'ail Bio</p> <p>Saint morêt</p> <p>Fruit de saison Bio</p>	<p>Carottes râpées Bio</p> <p>Brandade parmentière de colin MSC</p> <p>Camembert à la coupe</p> <p>Liégeois chocolat</p>	<p>Tapenade sur toast</p> <p><b>V</b>égé</p> <p>Falafels sauce tomate</p> <p>Tortis</p> <p>Bûche de chèvre à la coupe</p> <p>Fruit de saison Bio</p>	<p>Taboulé</p> <p>Steak haché</p> <p>Epinards moulinés Bio</p> <p>Saint paulin à la coupe</p> <p>Fromage blanc à la vanille</p>	<p><b>V</b>égé</p> <p>Chou chinois Bio en mayonnaise</p> <p>Nems de légumes</p> <p>Riz IGP</p> <p>Yaourt sucré</p> <p>Notre moelleux aux litchis</p>

Menu plaisir  
L'aligot  
c'est rigolo!

JEUDI 23 JANVIER  
Découvrez les menus  
SUR L'APPLICATION TERRES DE CUISINE

Nouvel an chinois  
VENDREDI 31 JANVIER  
Découvrez les menus  
SUR L'APPLICATION  
TERRES DE CUISINE



**Bio** : Produit issu de l'agriculture biologique. Seule la composante précisée est Bio



**IGP** : Indication Géographique Protégée



**AOP** : Appellation d'Origine Protégée



**Label Rouge** : Viande de qualité supérieure



**Menu végétarien**



Aide UE à destination des écoles

Aide UE à destination des écoles

○ Présence possible de l'ensemble des allergènes dans nos plats ○ Des aléas d'approvisionnement peuvent exceptionnellement occasionner des changements sur les produits sélectionnés.



Lundi 03 Février	Mardi 04 Février	Mercredi 05 Février	Jeudi 06 Février	Vendredi 07 Février
<p>Crêpe au fromage </p> <p><b>Blanquette de dinde Bio</b> <b>et ses légumes Bio</b></p> <p>Saint morêt</p> <p><b>Crêpe sucrée ou pâte à tartiner</b></p>	<p><b>Salade verte Bio</b></p> <p><b>Bolognaise de lentilles Bio</b></p> <p> Macaronis</p> <p>Mimolette à la coupe</p> <p>Yaourt aromatisé</p>	<p><b>Coleslaw de céleris Bio sauce cocktail</b></p> <p>Paupiette de veau</p> <p><b>Mouliné de butternut Bio</b></p> <p>Brie à la coupe</p> <p><b>Crêpe sucrée ou pâte à tartiner</b> </p>	<p>Macédoine de légumes</p> <p>Tartiflette</p> <p>aux lardons de porc</p> <p>Petit suisse sucré</p> <p><b>Fruit de saison Bio</b> </p>	<p>Taboulé</p> <p><b>Pépites de colin MSC pané et citron</b></p> <p><b>Choux fleurs mornay Bio</b></p> <p><b>Saint Nectaire AOP à la coupe</b></p> <p><b>Purée de fruits Bio</b></p>
Lundi 10 Février	Mardi 11 Février	Mercredi 12 Février	Jeudi 13 Février	Vendredi 14 Février
<p>Macédoine mayonnaise</p> <p>Chili de haricots rouges</p> <p> <b>Riz IGP</b></p> <p>Camembert à la coupe</p> <p><b>Fruit de saison Bio</b></p>	<p><b>Carottes râpées et maïs Bio</b></p> <p>Boulettes de bœuf</p> <p>Galettes de légumes</p> <p>Saint paulin à la coupe</p> <p><b>Purée de fruits Bio</b></p>	<p><b>Salade de haricots verts Bio</b></p> <p><b>Potée de dinde Label Rouge</b></p> <p>Pommes de terre au bouillon</p> <p>Coulommiers à la coupe</p> <p>Flan caramel</p>	<p>Rillettes de porc</p> <p>Pané fromager</p> <p><b>Brocolis à la crème Bio</b></p> <p>Yaourt sucré</p> <p><b>Fruit de saison Bio</b></p>	<p><b>Salade verte Bio</b></p> <p>Tortis</p> <p><b>au saumon MSC</b></p> <p>Gouda à la coupe</p> <p><b>Notre moelleux aux fruits rouges</b></p>

 **Nos fruits sont d'Origine France, et locaux en pleine saison**





**La chandeleur**

LUNDI 3 FEVRIER

Découvrez le menu sur L'APPLICATION TERRES DE CUISINE





**Bio** : Produit issu de l'agriculture biologique. Seule la composante précisée est Bio



**IGP** : Indication Géographique Protégée



**AOP** : Appellation d'Origine Protégée



**Label Rouge** Viande de qualité supérieure



**Menu végétarien**



**Aide UE à destination des écoles**

 Présence possible de l'ensemble des allergènes dans nos plats  Des aléas d'approvisionnement peuvent exceptionnellement occasionner des changements sur les produits sélectionnés.



# Le Menu de la Cantine Simiane Collongue




Lundi 17 Février	Mardi 18 Février	Mercredi 19 Février	Jeudi 20 Février	Vendredi 21 Février
Salade de blé aux légumes Steak haché <b>Purée de panais Bio</b> Bûche de chèvre à la coupe <b>Fruit de saison Bio</b>	<b>Salade verte Bio</b> <b>Jambon blanc Label Rouge</b> Coquillettes Saint morêt Fromage blanc aromatisé	Pizza au fromage <b>Notre terrine de colin MSC</b> <b>Carottes Bio</b> Petit suisse sucré <b>Fruit de saison Bio</b>	<b>Coleslaw de céleris Bio sauce cocktail</b> Tajine de bœuf Semoule Emmental à la coupe Crème dessert vanille	Salade de lentilles aux oignons <b>Végé</b> Nuggets de blé <b>Haricots verts à l'ail Bio</b> Brie à la coupe <b>Fruit de saison Bio</b>
Lundi 24 Février	Mardi 25 Février	Mercredi 26 Février	Jeudi 27 Février	Vendredi 28 Février
<b>Salade de Maïs BIO</b> <b>Végé</b> Gratin de macaronis aux légumes et à l'emmental Mimolette à la coupe <b>Purée de fruits Bio</b>	Salade de pommes de terre à la provençale Loubia de bœuf <b>Carottes Bio</b> <b>Saint Marcellin IGP à la coupe</b> <b>Fruit de saison Bio</b>	<b>Chou Bio mayonnaise</b> <b>Notre Frittata aux légumes Bio</b> <b>Végé</b> Pommes rissolées Vache picon Liégeois chocolat	Salade de pépinettes Rôti de porc <b>Petits pois Bio</b> Bûche du pilat à la coupe <b>Fruit de saison Bio</b>	<b>Carottes râpées BIO</b> <b>Hoki MSC sauce safranée</b> Boulgour Yaourt sucré <b>Notre cake à la noix de coco</b>



## Nos Pâtes sont 95% françaises

Les pâtes **Bio** sont fabriquées en région Vaucluse et Rhône-Alpes




## Cake Maison À LA NOIX DE COCO

Découvrez la recette sur L'APPLICATION TERRES DE CUISINE



 **Bio** : Produit issu de l'agriculture biologique. Seule la composante précisée est Bio  
 **IGP** : Indication Géographique Protégée  
 **AOP** : Appellation d'Origine Protégée  
 **Label Rouge** : Viande de qualité supérieure  
 **Menu végétarien**  
 **Aide UE à destination des écoles**

 Présence possible de l'ensemble des allergènes dans nos plats
  Des aléas d'approvisionnement peuvent exceptionnellement occasionner des changements sur les produits sélectionnés.



Lundi 03 Mars	Mardi 04 Mars	Mercredi 05 Mars	Jeudi 06 Mars	Vendredi 07 Mars
<p><b>Végé</b> Taboulé</p> <p>Quenelles sauce tomates</p> <p><b>Epinards moulinés Bio</b></p> <p>Petit suisse sucré</p> <p><b>Fruit de saison Bio</b> </p>	<p><b>Coleslaw de chou Bio sauce cocktail</b></p> <p>Saucisse de Francfort</p> <p>Lentilles au jus</p> <p>Kiri</p> <p>Beignet au chocolat</p>	<p>Pizza au fromage</p> <p><b>Sauté de dinde Label Rouge</b></p> <p><b>Haricots verts Bio</b></p> <p>Saint morêt</p> <p>Flan caramel</p>	<p><b>Carottes râpées BIO</b></p> <p>Potée de bœuf</p> <p>Tortis</p> <p>St Morêt</p> <p>Fromage blanc sucré</p>	<p>Salade de pommes de terre aux légumes</p> <p><b>Bâtonnets de colin MSC panés et citron</b></p> <p><b>Brocolis à la crème Bio</b></p> <p>Coulommiers à la coupe</p> <p><b>Fruit de saison Bio</b> </p>
Lundi 10 Mars	Mardi 11 Mars	Mercredi 12 Mars	Jeudi 13 Mars	Vendredi 14 Mars
<p><b>Carottes râpées Bio</b></p> <p>Hachis parmentier au bœuf</p> <p>Carré président</p> <p>Yaourt aromatisé</p>	<p>Macédoine</p> <p>Beignets de calamar et citron</p> <p><b>Choux fleurs mornay Bio</b></p> <p>Vache picon</p> <p><b>Ananas Bio</b> </p>	<p><b>Salade verte et maïs Bio</b></p> <p>Tortellinis</p> <p><b>Végé</b> tta épinards sauce tomate</p> <p>Edam</p> <p><b>Purée de fruits Bio</b></p>	<p>Tartinable de haricots blancs et toast</p> <p>Rôti de porc</p> <p>Galettes de légumes</p> <p>Camembert à la coupe</p> <p>Crème dessert vanille</p>	<p><b>Notre clafoutis de légumes et emmental</b></p> <p><b>Végé</b> Couscous</p> <p>Légumes</p> <p>Yaourt sucré</p> <p><b>Fruit de saison Bio</b> </p>

**Nos filets de poisson sont 100% MSC pêche durable.**

**Mardi Gras !**

Découvrez le menu sur L'APPLICATION TERRES DE CUISINE

**CARNAVAL**

**Bio** : Produit issu de l'agriculture biologique. *Seule la composante précisée est Bio*  
**IGP** : Indication Géographique Protégée  
**AOP** : Appellation d'Origine Protégée  
**Label Rouge** : Viande de qualité supérieure  
**Menu végétarien**  
**Aide UE à destination des écoles**

● Présence possible de l'ensemble des allergènes dans nos plats ● Des aléas d'approvisionnement peuvent exceptionnellement occasionner des changements sur les produits sélectionnés.



# Le Menu de la Cantine Simiane Collongue



Lundi 17 Mars	Mardi 18 Mars	Mercredi 19 Mars	Jeudi 20 Mars	Vendredi 21 Mars
<p>Pâté de campagne</p> <p>Gratin de gnocchis légumes et emmental</p> <p>Brie à la coupe</p> <p><b>Fruit de saison Bio</b> </p>	<p><b>Verre de sirop de menthe</b> <b>Œuf dur Bio mayonnaise</b></p> <p><b>Poulet rôti Bio</b></p> <p><b>Pommes de terre rissolées</b></p> <p><b>Petit louis à tartiner</b></p> <p><b>Purée de pommes Bio et chantilly</b></p>	<p><b>Salade de riz IGP aux légumes</b></p> <p>Galopin de veau</p> <p><b>Epinards moulinés Bio</b></p> <p>Bûche de chèvre à la coupe</p> <p><b>Fruit de saison Bio</b></p>	<p><b>Coleslaw de céleris Bio sauce cocktail</b></p> <p>Curry de pois chiches</p> <p><b>Végé</b> Semoule</p> <p>Petit suisse sucré</p> <p><b>Notre cake à la fleur d'oranger</b></p>	<p>Salade d'épeautre au pesto rouge</p> <p><b>Notre terrine de colin MSC</b></p> <p><b>Purée de carottes Bio</b></p> <p>Emmental à la coupe</p> <p><b>Fruit de saison Bio</b> </p>
Lundi 24 Mars	Mardi 25 Mars	Mercredi 26 Mars	Jeudi 27 Mars	Vendredi 28 mars
<p><b>Salade de crudités Bio (Salade verte, carottes et maïs)</b></p> <p>Steak haché sauce pizzaïole</p> <p>Frites</p> <p>Camembert à la coupe</p> <p><b>Purée de fruits Bio</b></p>	<p>Salade de coquillettes aux légumes</p> <p><b>Hoki MSC sauce colombo</b></p> <p><b>Haricots verts Bio</b></p> <p>Bûche du pilat à la coupe</p> <p><b>Fruit de saison Bio</b> </p>	<p><b>Carottes râpées Bio</b></p> <p>Axoia de bœuf</p> <p>Boulgour</p> <p>Coulommiers à la coupe</p> <p>Liégeois chocolat</p>	<p><b>Jambon blanc Label Rouge</b></p> <p>Truffade</p> <p><b>(gratin de pommes de terre et Cantal AOP)</b></p> <p><b>Salade verte Bio</b></p> <p>Ramequin de fromage blanc et confiture</p>	<p>Macédoine mayonnaise</p> <p><b>Végé</b> Pané de blé</p> <p><b>Choux fleurs mornay Bio</b></p> <p>Yaourt sucré</p> <p><b>Notre moelleux aux poires</b></p>



**100% de notre riz est de Camargue Labélisé IGP**




*Les menus plaisir*

**MARDI 18 MARS**  
Découvrez les menus SUR L'APPLICATION TERRES DE CUISINE

*Le menu cocotte*





Lundi 31 Mars	Mardi 01 Avril	Mercredi 02 Avril	Jeudi 03 Avril	Vendredi 04 Avril
<p><b>V</b>égé</p> <p>Salade de maïs</p> <p><b>Tortilla de pommes de terre Bio</b></p> <p><b>Epinards moulinés Bio</b></p> <p>Vache picon</p> <p><b>Fruit de saison Bio</b> </p>	<p><b>Salade verte Bio</b></p> <p>Carbonara de porc</p> <p>Tortis</p> <p>Emmental à la coupe</p> <p>Yaourt aromatisé</p>	<p>Tapenade sur toasts</p> <p>Boulettes de bœuf</p> <p><b>Mouliné de butternut Bio</b></p> <p>Brie à la coupe</p> <p><b>Fruit de saison Bio</b></p>	<p><b>Salade de haricots verts Bio</b></p> <p>Financière de bœuf</p> <p><b>Riz IGP</b></p> <p>Camembert à la coupe</p> <p>Flan caramel</p>	<p><b>Notre cake Cantal et légumes</b></p> <p><b>Pépites de colin panées MSC et citron</b></p> <p><b>Carottes Bio sautées</b></p> <p>Petit suisse sucré</p> <p><b>Fruit de saison Bio</b> </p>

## Nos fruits et légumes frais

sont d'Origine France ; et locaux en pleine saison

**Bio** : Produit issu de l'agriculture biologique.  
*Seule la composante précisée est Bio*

**IGP** : Indication Géographique Protégée

**AOP** : Appellation d'Origine Protégée

**Label Rouge**  
Viande de qualité supérieure

**Menu végétarien**

**Aide UE à destination des écoles**

Présence possible de l'ensemble des allergènes dans nos plats
 Des aléas d'approvisionnement peuvent exceptionnellement occasionner des changements sur les produits sélectionnés.