

ECOLE DE RABASTENS

Semaine n°36 : du 2 au 8 Septembre 2024



C'est la rentrée !

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
ENTRÉE	Betterave BIO vinaigrette à la framboise	Tomate nature	Melon	Taboulé	Salade de RIZ BIO, radis, concombre
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Garniture bolognaise	Parmentier de lentilles corail à la provençale	Palette de porc braisée sauce barbecue *	Emincé de dinde à la crème	Colin d'Alaska meunière
	Tortis	Plat complet	Courgettes BIO béchamel	Carottes BIO braisées	Haricots beurre
PRODUIT LAITIER	Emmental	Camembert	Fromage blanc aux fruits	Yaourt sucré	Fondu président
DESSERT	Prunes	Crème dessert caramel	Gaufre	Pêche	Compote abricot

TOUT SAVOIR SUR NOS RECETTES

Salade arlequin: p. de terre, petits pois, maïs

* contient du porc

P.A. n°3

Semaine n°37 : du 9 au 15 Septembre 2024

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
ENTRÉE	Macédoine de légumes mayonnaise	Concombre ciboulette nature	Salade arlequin nature	Radis rémoulade	Coquillettes BIO au basilic
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Sauté de bœuf à l'orientale	Saucisse sauce rougail *	Pizza au fromage	Croq basquaise	Merlu blanc sauce crème
	Semoule	Riz créole	Poêlée de légumes	Ratatouille	Purée d'épinards
PRODUIT LAITIER	Edam	Brie	Yaourt sucré	Crème anglaise	Fraidou
DESSERT	Pomme	Flan chocolat	Compote fraise	Barre bretonne	Nectarine

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.

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

P.A. n°4



Bleu Blanc Cœur



Plat végétarien



Label rouge



Viande/Œuf de France



Pêche responsable



UNE ALIMENTATION SAINES & NATURELLE AU PLUS PRÈS DES TERRITOIRES

Ces menus sont susceptibles d'être modifiés selon nos approvisionnements

ECOLE DE RABASTENS

Semaine n°38 : du 16 au 22 Septembre 2024



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
ENTRÉE	Salade verte nature	Salade de pommes de terre échalote nature	Salade bicolore	Tomate nature	Melon
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Courgettes au bœuf	Beignets de poisson	Colombo de volaille	Omelette	Tortis BIO façon carbonara *
	Plat complet	Carottes braisées	Boullgour	Riz BIO	Plat complet
PRODUIT LAITIER	Saint Moret	Fromage frais sucré	Gouda	Yaourt aromatisé	Pont l'Evêque
DESSERT	Madeleine	Raisins	Liégeois vanille	Purée de pomme	Prunes

TOUT SAVOIR SUR NOS RECETTES

Salade bicolore: carotte, radis

* contient du porc

P.A. n°5

Semaine n°39 : du 23 au 29 Septembre 2024



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
ENTRÉE	Crêpe au fromage	Carotte râpée vinaigrette	Salade de riz, tomate ciboulette	Concombre tzatziki	Betterave BIO ciboulette nature
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Emincé de poulet sauce aux herbes	Boulettes au boeuf sauce napolitaine	Chou-fleur à la parisienne *	Moussaka de lentilles	Colin d'Alaska sauce hollandaise
	Haricots verts	Purée de p. de terre	Plat complet	Plat complet	Blé
PRODUIT LAITIER	Yaourt sucré	Brie	Fromage frais aux fruits	Petit moulé nature	Mimolette
DESSERT	Pomme	Mousse au chocolat	Poire	Moelleux aux amandes	Pêche

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.

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

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

Ces menus sont susceptibles d'être modifiés selon nos approvisionnements

ECOLE DE RABASTENS

Semaine n°40 : du 30 Septembre au 6 Octobre 2024



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
ENTRÉE	Salade coleslaw	Pommes de terre à l'aneth	Salade italienne	Tomate nature	Semoule fantaisie
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Crèmeux de haricots blancs à la provençale	Colin d'Alaska pané	Poulet rôti	Riz	Bœuf aux olives
	Tortis BIO	Ratatouille	Poêlée de légumes	à la cantonnaise *	Carottes braisées
PRODUIT LAITIER	Emmental	Yaourt aromatisé	Camembert	Edam	Fromage frais sucré
DESSERT	Flan nappé caramel	Orange	Pomme	Liégeois chocolat	Compote pomme poire

TOUT SAVOIR SUR NOS RECETTES

Salade coleslaw : carotte , chou blanc , mayonnaise / Salade italienne : pâtes, tomate, olives, poivrons, basilic / Semoule fantaisie : semoule, tomate, maïs / Salade exotique: riz BIO, maïs, ananas

* contient du porc

P.A. n°2

Semaine n°41 : du 7 au 13 Octobre 2024

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
ENTRÉE	Salade exotique (riz BIO)	Concombre ciboulette nature	Betterave nature	Salade verte aux croutons nature	Pâté de foie *
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Cordon bleu	Couscous de légumes BIO (aromates non bio)	Rôti de porc braisé *	Bœuf façon Baeckoffe	Colin d'Alaska sauce basquaise
	Petits pois cuisinés	(Semoule Bio)	Lentilles cuisinées	Plat complet	Purée de courgette
PRODUIT LAITIER	Yaourt sucré	Coulommiers	Fromage frais sucré	Emmental	Pavé demi-sel
DESSERT	Orange	Crème dessert vanille	Pomme	Purée pomme raisins secs	Kiwi

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.

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

P.A. n°3



Bleu Blanc Cœur



Plat végétarien



Label rouge



Viande/Œuf de France



Pêche responsable



UNE ALIMENTATION SAINE & NATURELLE AU PLUS PRES DES TERRITOIRES

Ces menus sont susceptibles d'être modifiés selon nos approvisionnements



ECOLE DE RABASTENS

Semaine n°42 : du 14 au 20 Octobre 2024

FÊTE DU GOÛT
DES COULEURS
EN ÉPICES



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
ENTRÉE	Céliéri rémoulade au cumin	Salade vitaminée	Chou-fleur au curcuma	Macédoine de légumes mayonnaise	Salade de pommes de terre échalote nature
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Boulettes de bœuf au paprika	Poulet sauce coco coriandre	Saucisse de Toulouse *	Curry de pois chiches et carottes	Colin d'Alaska sauce safranée
	Tortis	Boulgour	Pommes de terre noisette	Riz BIO	Haricots beurre
PRODUIT LAITIER	Fondu président	Yaourt aromatisé	Gouda	Bûchette mi chèvre	Yaourt sucré
DESSERT	Flan chocolat	Poire	Compote pomme vanille	Moelleux façon pain d' épices	Pomme

TOUT SAVOIR SUR NOS RECETTES

Salade vitaminée: carotte, chou chinois vinaigrette à l'orange

* contient du porc

P.A. n°4

Semaine n°43 : du 21 au 27 Octobre 2024

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
ENTRÉE	Salade verte nature	Potage de légumes ou macédoine	Chou rouge vinaigrette	Carotte râpée BIO vinaigrette au citron	Taboulé
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Parmentier de potiron au bœuf	Colin d'Alaska sauce tomate	Poulet sauce crème	Palette de porc braisée *	Bouchées de blé panées
	Plat complet	Riz créole	Penne BIO	Haricots blanc au jus	Poêlée de légumes
PRODUIT LAITIER	Fromage frais sucré	Coulommiers	Saint nectaire	Petit moulé ail et fines herbes	Yaourt aromatisé
DESSERT	Madeleine	Pomme	Mousse au chocolat	Purée de pomme	Orange

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.

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

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

Ces menus sont susceptibles d'être modifiés selon nos approvisionnements

ECOLE DE RABASTENS

Semaine n°44 : du 28 Octobre au 3 Novembre 2024

C'est Halloween!



Toussaint



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
ENTRÉE	Crêpe au fromage	Salade de RIZ BIO antillaise	Salade fantaisie	Carottes râpées à l'orange	
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Poulet rôti	Beignets de poisson	Sauté de bœuf sauce tomate	Parmentier de lentilles corail à la provençale	
	Petits pois cuisinés	Haricots verts braisés	Pâtes papillons	Plat complet	
PRODUIT LAITIER	Yaourt sucré	Fraidou	Brie	Mimolette	
DESSERT	Pomme	Flan vanille	Kiwi	Beignet à l'abricot	

TOUT SAVOIR SUR NOS RECETTES

Salade fantaisie: céleri, pomme, raisins secs /
Salade antillaise : riz BIO, poivron, ananas /
Semoule fantaisie BIO : semoule, tomate, maïs

* contient du porc

P.A. n°1

Semaine n°45 : du 4 au 10 Novembre 2024

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
ENTRÉE	Semoule fantaisie	Betterave BIO vinaigrette à la pomme	Chou chinois	Potage potiron ou Haricots verts échalote	Salade verte nature
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Colin d'Alaska pané	Lasagne à la bolognaise	Croq blé épinard fromage	Riz	Cassoulet *
	Julienne de légumes	Plat complet	Blé à la tomate	à la cantonnaise	Plat complet
PRODUIT LAITIER	Camembert	Yaourt aromatisé	Fondu président	Edam	Fromage frais au sel de Guérande
DESSERT	Orange	Pomme	Liégeois chocolat	Poire	Crème dessert vanille

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.

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

P.A. n°2



Bleu Blanc Cœur



Plat végétarien



Label rouge



Viande/Œuf de France



Pêche responsable



Ansamble

UNE ALIMENTATION SAINE & NATURELLE
AU PLUS PRÈS DES TERRITOIRES

Ces menus sont susceptibles d'être modifiés selon nos approvisionnements

ECOLE DE RABASTENS

Semaine n°46 : du 11 au 17 Novembre 2024



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
ENTRÉE		Chou rouge vinaigrette	Pommes de terre sauce tartare	Potage potiron ou Betteraves nature	Pâté de campagne *
PLAT & ACCOMPAGNEMENT		Tajine de légumes, pois chiches, raisins secs (raisins secs et aromates non bio)	Chou-fleur à la parisienne *	Raviolis de volaille	Colin d'Alaska sauce citron
PRODUIT LAITIER		Semoule BIO	Plat complet	Plat complet	Haricots beurre braisés
DESSERT		Gouda	Yaourt sucré	Brie	Pavé demi-sel
		Flan nappé caramel	Kiwi	Compote pomme	Poire

P.A. n°3

TOUT SAVOIR SUR NOS RECETTES

* contient du porc

Semaine n°47 : du 18 au 24 Novembre 2024

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
ENTRÉE	Potage de légumes ou macédoine mayonnaise	Carotte râpée BIO vinaigrette au citron	Chou chinois	Potage potiron ou Céleri vinaigrette	Salade de PATES BIO basilic
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Hachis parmentier	Blanquette de haricots blancs au potiron	Rôti de dinde au jus	Sauté de porc à l'ancienne *	Beignets de poisson
PRODUIT LAITIER	Yaourt aromatisé	Riz BIO	Lentilles cuisinées	Petits pois cuisinés	Chou-fleur béchamel
DESSERT	Orange	Pont l'Evêque	Fromage frais sucré	Camembert	Fraidou
		Mousse au chocolat	Purée pomme cannelle	Tarte aux poires	Kiwi

P.A. n°4

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.

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



Bleu Blanc Cœur



Plat végétarien



Label rouge



Viande/Œuf de France



Pêche responsable



Ansamble

UNE ALIMENTATION SAINE & NATURELLE
AU PLUS PRÈS DES TERRITOIRES

Ces menus sont susceptibles d'être modifiés selon nos approvisionnements



ÉCOLE DE RABASTENS

Semaine n°48 : du 25 Novembre au 1er Décembre 2024



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
ENTRÉE	Potage de légumes ou betterave nature	Salade de RIZ BIO antillaise	Salade fantaisie	Chou-fleur sauce picalili	Salade de lentilles à l'échalote
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Croq blé épinards fromage	Colin d'Alaska sauce crustacés	Tajine de volaille	Boulettes de bœuf sauce carbonnade	Rôti de porc au jus *
	Carottes BIO à la crème	Haricots verts persillés	Semoule	Frites	Purée de potiron
PRODUIT LAITIER	Camembert	Yaourt sucré	Fondu président	Edam	Saint Moret
DESSERT	Clémentine	Pomme	Liégeois vanille	Gaufre liégeoise	Compote pomme fraise

TOUT SAVOIR SUR NOS RECETTES

Chou-fleur sauce picalili: chou fleur sauce au curcuma/ Duo d'hiver vinaigrette aux agrumes: carotte, radis blanc vinaigrette orange/ Salade de RIZ BIO antillaise : Riz BIO, poivron, ananas / Salade fantaisie: céleri, pomme, raisins secs

* contient du porc

Semaine n°49 : du 2 au 8 Décembre 2024

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
ENTRÉE	Salade verte nature ou potage de légumes	Crêpe au fromage	Taboulé	Potage potiron ou céleri rémoulade	Carotte râpée vinaigrette
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Sauté de bœuf aux oignons	Poulet rôti sauce pomme raisin	Jambon braisé *	Garniture de bolognaise de lentilles	Curry de poisson au lait de coco
	Riz créole	Poêlée de légumes	Chou-fleur béchamel	Tortis BIO	Blé
PRODUIT LAITIER	Petit moulé ail et fines herbes	Yaourt aromatisé	Brie	Fromage frais aux fruits	Mimolette
DESSERT	Flan nappé caramel	Clémentine	Banane	Kiwi	Purée pomme raisins secs

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.

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

P.A. n°1



Bleu Blanc Cœur



Plat végétarien



Label rouge



Viande/Œuf de France



Pêche responsable



UNE ALIMENTATION SAINE & NATURELLE AU PLUS PRÈS DES TERRITOIRES

Ces menus sont susceptibles d'être modifiés selon nos approvisionnements

ECOLE DE RABASTENS

Semaine n°50 : du 9 au 15 Décembre 2024



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
ENTRÉE	Chou rouge BIO au balsamique	Potage de légumes ou Salade de pommes de terre échalote nature	Salade pastourelle	Céleri rémoulade	Potage de légumes ou salade de perles citron coriandre
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Saucisse de Toulouse *	Colin d'Alaska meunière	Rôti de dinde au jus	Chili sin carne	Bœuf mironton
	Purée de pommes de terre	Carottes braisées	Haricots verts	(Riz bio)	Petits pois
PRODUIT LAITIER	Coulommiers	Yaourt sucré	Gouda	Saint Nectaire	Fondu président
DESSERT	Liégeois chocolat	Poire	Clémentine	Purée pomme ananas	Banane

TOUT SAVOIR SUR NOS RECETTES

Salade pastourelle BIO : pâtes, tomate, poivron / Salade vitaminée : carotte, chou chinois, vinaigrette orange / Salade des incas BIO : Riz, carotte, maïs

* contient du porc

P.A. n°2

Semaine n°51 : du 16 au 22 Décembre 2024

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
ENTRÉE	Salade des incas	Potage de légumes ou haricots verts vinaigrette	Salade vitaminée		Saucisson à l'ail *
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Parmentier de bœuf au potiron	Couscous de légumes BIO (aromates non bio)	Macaronis BIO		Merlu blanc sauce normande
	Plat complet	(Semoule Bio)	à la parisienne *		Trio de légumes
PRODUIT LAITIER	Petit moulé nature	Yaourt aromatisé	Vache qui rit		Brie
DESSERT	Pomme	Kiwi	Compote pomme	Poire	

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.

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

P.A. n°3



Bleu Blanc Cœur



Plat végétarien



Label rouge



Viande/Œuf de France



Pêche responsable



UNE ALIMENTATION SAINE & NATURELLE AU PLUS PRÈS DES TERRITOIRES

Ces menus sont susceptibles d'être modifiés selon nos approvisionnements

ECOLE DE RABASTENS

Semaine n°52 : du 23 au 29 Décembre 2024



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
ENTRÉE	Semoule fantaisie	Céleri rémoulade au cumin		Potage potiron ou macédoine mayonnaise	Crêpe au fromage
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Poulet rôti au paprika	Dahl de lentilles corail		Raviolis de bœuf	Colin d'Alaska pané
	Haricots verts braisés	Riz BIO		Plat complet	Purée de brocolis
PRODUIT LAITIER	Yaourt sucré	Fondu président		Camembert	Saint Paulin
DESSERT	Pomme	Liégeois vanille	Clémentine	Compote pomme banane	

TOUT SAVOIR SUR NOS RECETTES

Semoule fantaisie BIO : semoule, tomate, maïs / Salade exotique: riz BIO, maïs, ananas

* contient du porc

Semaine n°01 : du 30 décembre au 5 Janvier 2025

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
ENTRÉE	Chou rouge vinaigrette	Betterave BIO ciboulette nature ou potage de légumes		Salade exotique (Riz BIO)	Potage de légumes ou salade verte nature
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Boulettes au bœuf sauce piquante	Merlu blanc sauce hollandaise		Bouchées de blé panées	Pommes de terre
	Carottes braisées	Semoule		Petits pois cuisinés	à la savoyarde *
PRODUIT LAITIER	Yaourt aromatisé	Edam		Fromage frais au sel de Guérande	Emmental
DESSERT	Madeleine	Pomme	Orange	Flan 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.

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

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

Ces menus sont susceptibles d'être modifiés selon nos approvisionnements