

# ECOLE DU SEQUESTRE

Semaine n°36 : du 1 au 5 Septembre 2025



C'est la rentrée !

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
ENTRÉE					
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Tortis bolognaise BIO (basilic non bio)	Colin d'Alaska sauce hollandaise	Colombo de volaille	Croq végétarien	Saucisse sauce rougail *
	***	Carottes braisées	Blé	Ratatouille	Riz créole
PRODUIT LAITIER	Emmental	Fromage frais sucré	Saint Paulin	Fondu président	Gouda
DESSERT	Purée pomme abricot ©	Prunes	Mousse au chocolat	Nectarine	Pomme

TOUT SAVOIR SUR NOS RECETTES

\* contient du porc

Semaine n°37 : du 8 au 12 Septembre 2025

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
ENTRÉE					
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Pilons de poulet tex-mex	Boulettes au bœuf au jus	Pizza au fromage	Couscous de légumes BIO (aromates non bio)	Beignets de poisson
	Petis pois cuisinés	Haricots verts à la tomate	Salade verte	***	Courgettes colorées
PRODUIT LAITIER	Mimolette	Crème anglaise	Fromage frais aux fruits	Petit moulé nature	Yaourt sucré
DESSERT	Raisin	Brownie	Pomme	Flan nappé caramel	Pêche

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.

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 DU SEQUESTRE

Semaine n°38 : du 15 au 19 Septembre 2025



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
ENTRÉE					
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Macaronis BIO carbonara *	Colin d'Alaska sauce aux poivrons	Tortilla de pommes de terre sauce provençale	Bouchée de blé pané	Bœuf aux olives
	***	Blé	Haricots verts braisés	Purée de pommes de terre	Carottes braisées
PRODUIT LAITIER	Emmental	Yaourt aromatisé	Fromage blanc aux fruits	Camembert	Edam
DESSERT	Crème dessert vanille	Banane	Madeleine	Nectarine	Purée de pomme

TOUT SAVOIR SUR NOS RECETTES

Poulet façon Akoho sy voanio: poulet au lait de coco, tomate, épices

\* contient du porc

Semaine n°39 : du 22 au 26 Septembre 2025



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
ENTRÉE					
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Courgettes au bœuf BIO (basilic non bio)	Parmentier de LENTILLES CORAIL BIO curry	Jambon braisé sauce barbecue *	Poulet façon Akoho sy voanio	Colin d'Alaska sauce basquaise
			Poêlée de légumes	Riz créole	Semoule
PRODUIT LAITIER	Yaourt sucré	Coulommiers	Yaourt aromatisé	Gouda	Pavé demi-sel
DESSERT	Prune	Flan chocolat	Nectarine	Moelleux banane	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.

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 DU SEQUESTRE

Semaine n°40 : du 29 Septembre au 3 Octobre 2025



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
ENTRÉE					
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Sauté de bœuf au paprika	Blé à la napolitaine	Rôti de dinde au jus	Palette de porc braisée *	Colin d'Alaska pané citron
	Coquillettes	***	Chou-fleur béchamel	Ratatouille	Haricots verts braisés
PRODUIT LAITIER	Fondu président	Emmental	Fromage frais sucré	Buchette mi chèvre	Yaourt sucré
DESSERT	Crème dessert caramel	Liégeois chocolat	Pomme	Purée pomme raisin sec	Poire

TOUT SAVOIR SUR NOS RECETTES

\* contient du porc

P.A. n°4

Semaine n°41 : du 6 au 10 Octobre 2025

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
ENTRÉE					
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Parmentier de carotte et bœuf	Colin d'Alaska sauce américaine	Poulet sauce crème	Sauté de porc au caramel *	Bouchées de blé panées
	***	Riz créole	Tortis BIO	Semoule	Petits pois cuisinés
PRODUIT LAITIER	Fromage frais sucré	Coulommiers	Saint Nectaire	Petit moulé ail et fines herbes	Yaourt aromatisé
DESSERT	Muffin chocolat	Pomme	Fromage blanc aux fruits	Cocktail de fruits	Banane

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.

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



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
ENTRÉE					
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Rôti de porc <b>sauce aux pruneaux *</b>	Boulettes au bœuf au jus et <b>ketchup de fruits rouges</b>	Quiche lorraine*	Tajine de légumes <b>aux raisins, figues</b>	Colin d'Alaska sauce crème au cumin
	Haricots verts braisés	Purée de pommes de terre	Haricots verts persillés	Semoule BIO	Carottes BIO <b>à l'orange</b>
PRODUIT LAITIER	Yaourt sucré	Brie	Fromage blanc à la crème de <b>marron</b>	Mimolette	Fraidou
DESSERT	Purée <b>pomme abricot sec</b>	Flan vanille	Banane	Moelleux aux <b>poires et amandes</b>	Pomme

TOUT SAVOIR SUR NOS RECETTES

\* contient du porc

P.A. n°1

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
ENTRÉE					
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Saucisse de Toulouse *	Poisson meunière	Blé	Riz	Lasagnes à la bolognaise
	Lentilles cuisinées	Julienne de légumes	aux haricots rouges sauce chili	à la cantonnaise *	***
PRODUIT LAITIER	Fromage frais au sel de Guérande	Yaourt aromatisé	Fondu président	Edam	Camembert
DESSERT	Liégeois chocolat	Poire	Pomme	Raisin	Gaufre

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.

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

Ces menus sont susceptibles d'être modifiés selon nos approvisionnements

# ECOLE DU SEQUESTRE

Semaine n°44 : du 27 au 31 Octobre 2025

C'est Halloween!



TOUT SAVOIR SUR NOS RECETTES

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
ENTRÉE					
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Emincé de dinde à la forestière	Colin d'Alaska sauce dieppoise	Chou-fleur	Bœuf façon bourguignon	Semoule aux pois chiches, carottes, crème BIO curcuma
	Haricots verts braisés	Purée de potiron	à la parisienne *	Coquillettes	***
PRODUIT LAITIER	Petit moulé ail et fines herbes	Coulommiers	Yaourt sucré	Rondelé	Mimolette
DESSERT	Pomme	Poire	Banane	Cocktail de fruits	Orange

P.A. n°3

\* contient du porc

Semaine n°45 : du 3 au 7 Novembre 2025

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
ENTRÉE					
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Hachis Parmentier BIO (aromates non BIO)	Dahl de lentilles corail	Rôti de dinde au jus	Sauté de porc à l'ancienne *	Beignets de poisson
	***	RIZ BIO	Poêlée de légumes	Petits pois cuisinés	Carottes braisées
PRODUIT LAITIER	Yaourt aromatisé	Tomme blanche	Fromage frais sucré	Emmental	Fraidou
DESSERT	Pomme	Mousse au chocolat	Purée pomme ananas	Crème dessert caramel	Clémentine

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.

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

Ces menus sont susceptibles d'être modifiés selon nos approvisionnements

# ECOLE DU SEQUESTRE

Semaine n°46 : du 10 au 14 Novembre 2025

Armistice

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
 ENTRÉE					
 PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Goulash de bœuf 		Colin d'Alaska sauce beurre blanc 	Lasagnes bolognaise	Bouchées de blé panées 
	Haricots verts braisés		Purée de carotte	***	Petits pois au jus 
 PRODUIT LAITIER	Yaourt nature		Fromage frais aux fruits	Vache qui rit 	Edam
 DESSERT	Madeleine		Pomme	Crème dessert vanille	Kiwi



TOUT SAVOIR SUR NOS RECETTES

P.A. n°5

\* contient du porc

Semaine n°47 : du 17 au 21 Novembre 2025

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
 ENTRÉE					
 PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Poulet rôti 	Parmentier de bœuf au potiron BIO (aromates non bio)	Cordon bleu	Curry de poisson au lait de coco 	Bolognaise de lentilles 
	Epinards béchamel	***	Flageolets	Riz créole 	Tortis BIO
 PRODUIT LAITIER	Yaourt aromatisé	Brie	Fromage frais sucré	Fraidou	Gouda
 DESSERT	Clémentine	Pomme	Poire	Purée pomme cannelle	Liégeois chocolat

P.A. n°1



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.



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 DU SEQUESTRE

Semaine n°48 : du 24 au 28 Novembre 2025



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
ENTRÉE					
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Saucisse de Toulouse *	Colin d'Alaska sauce bretonne	Omelette	Croq végétarien	Sauté de bœuf à l'orientale
	Purée de pommes de terre	Carottes braisées	Haricots verts braisés	Blé à la tomate	Semoule
PRODUIT LAITIER	Coulommiers	Yaourt sucré	Fromage frais aux fruits	Edam	Fondu président
DESSERT	Flan nappé caramel	Poire	Banane	Clémentine	Cocktail de fruits

BIO

TOUT SAVOIR SUR NOS RECETTES

P.A. n°2

\* contient du porc

Semaine n°49 : du 1er au 5 Décembre 2025

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
ENTRÉE					
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Emincé de dinde sauce aigre douce	Chili sin carne	Tortis bolognaise BIO (basilic non bio)	Cassoulet *	Colin meunière
	Chou-fleur et romanesco	(riz BIO)	***	***	Poêlée de légumes
PRODUIT LAITIER	Emmental	Fromage frais au sel de Guérande	Yaourt aromatisé	Fraidou	Brie
DESSERT	Pomme	Crème dessert vanille	Orange	Purée pomme mangue	Banane

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.

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 DU SEQUESTRE

Semaine n°50 : du 8 au 12 Décembre 2025



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
ENTRÉE					
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Boulettes au bœuf sauce piquante	Semoule aux pois chiches, carottes, crème BIO curcuma	Steak haché	Poulet rôti au paprika	Colin d'Alaska sauce safranée
	Purée de pommes de terre	***	Frites	Haricots beurre braisés	Riz créole
PRODUIT LAITIER	Yaourt sucré	Saint-Paulin	Petit moulé ail et fines herbes	Camembert	Edam
DESSERT	Orange	Liégeois chocolat	Compote de pomme	Riz au lait	Poire

TOUT SAVOIR SUR NOS RECETTES

P.A. n°4

\* contient du porc

Semaine n°51 : du 15 au 19 Décembre 2025

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
ENTRÉE					
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Sauté de bœuf aux oignons	Colin d'Alaska pané	Jambon braisé sauce forestière *		Tortis BIO crémeux de haricots blancs au potiron
	Carottes braisées	Epinards béchamel	Petits pois		***
PRODUIT LAITIER	Yaourt aromatisé	Fondu président	Fraidou		Gouda
DESSERT	Pomme	Flan nappé caramel	Banane		Cocktail de fruits

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.

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

# NOM DU RESTAURANT

Semaine n°52 : du 22 au 26 Décembre 2025



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
ENTRÉE					
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Emincé de poulet tandoori	Colin d'Alaska sauce citron	Parmentier de lentilles corail		Lasagne à la bolognaise
	Carottes braisées	Semoule	***		***
PRODUIT LAITIER	Yaourt sucré	Fraidou	Mimolette		Brie
DESSERT	Clémentine	Purée de pomme	Liégeois vanille	Poire	

TOUT SAVOIR SUR NOS RECETTES

P.A. n°1

\* contient du porc

Semaine n°01 : du 29 Décembre 2025 au 02 Janvier 2026

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
ENTRÉE					
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Curry de haricots rouges	Beignets de poisson	Chou-fleur		Hachis parmentier
	RIZ BIO	Haricots verts braisés	à la parisienne *		***
PRODUIT LAITIER	Saint Nectaire	Yaourt aromatisé	Fromage frais au sel de Guérande		Emmental
DESSERT	Mousse au chocolat	Pomme	Clémentine	Flan nappé caramel	

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.

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