

Au menu cette semaine - Déjeuner

LE JOUR DU 

LUNDI | 04
Sep

Salade verte aux croûtons

Lasagne au saumon

Yaourt aromatisé

Corbeille de fruits Bio
Plat Bio

MARDI | 05
Sep

Salade de riz Bio
Plat Bio

Pavé du fromager à l'emmental

Courgettes Bio à la provençale
Plat Bio

Fondu Président

Compote pommes

MERCREDI | 06
Sep

Pizza au fromage

Couscous végétarien 

St Môret Bio

Corbeille de fruits Bio
Plat Bio

JEUDI | 07
Sep

Betterave Bio
Plat Bio

Acras à la morue

Julienne de légumes

Vache qui rit Bio

Pêche au sirop

VENDREDI | 08
Sep

Tomate Bio
Plat Bio

Filet de colin
meunière et citron

Coquillettes Bio assai du midi

Fromage frais aux fruits Bio

Bande marbré



 Végétarien

Ce menu est cuisiné par
le chef Portes Michaël
et son équipe

Nous avons identifié en gras un menu conseillé qui répond à un équilibre alimentaire sur la semaine

MATER centre SUBSTITUTION N

Mairie de
CASTELGINEST

elior 

Au menu cette semaine - Déjeuner

LUNDI | 11
Sep

Salade verte à l'émmental

Paupiette du pêcheur
sauce crème de persil

Carottes Bio infusion colombo
Plat Bio

Vache qui rit Bio

Corbeille de fruits Bio
Plat Bio

MARDI | 12
Sep

Taboulé Bio
Plat Bio

Beignet de poisson 

Haricots verts Bio

Petit moulé ail et fines herbes

Poire au sirop

MERCREDI | 13
Sep

Tarte 3 fromages

Nuggets de blé 

Poêlée de légumes Bio
Plat Bio

Saint-Paulin Bio
Plat Bio

Compote pommes abricots

LE JOUR DU 

JEUDI | 14
Sep

Coleslaw Bio
carotte et chou blanc Bio

Penne achard
de légumes 

Yaourt vanille Bio
Plat Bio

Corbeille de fruits Bio
Plat Bio

VENDREDI | 15
Sep

Carottes Bio râpées
Plat Bio

Paupiette du pêcheur
sauce crème de persil

Pommes campagnardes

Yaourt nature sucré Bio
Plat Bio

Corbeille de fruits Bio
Plat Bio



 Pêche responsable  Végétarien

Ce menu est cuisiné par
le chef Portes Michaël
et son équipe

Nous avons identifié en gras un menu conseillé qui répond à un équilibre alimentaire sur la semaine

MATER centre SUBSTITUTION N

Mairie de
 CASTELginest 

Au menu cette semaine - Déjeuner

LE JOUR DU 

LUNDI | 18
Sep

Salade verte aux croûtons

Omelette nature



Julienne de légumes

Gouda Bio

Timbaline vanille fraise

MARDI | 19
Sep

Macédoine mayonnaise

Fish burger

Pommes frites

Petit moulé

Corbeille de fruits Bio
Plat Bio

MERCREDI | 20
Sep

Haricots verts en salade Bio
Plat Bio

Pavé du fromager
à l'emmental

Macaroni

Mimolette

Corbeille de fruits Bio
Plat Bio

JEUDI | 21
Sep

Friand au fromage

Beignet calamar

Chou-fleur béchamel
plat bio

Yaourt aromatisé

Cocktail de fruits à la créole

VENDREDI | 22
Sep

Cèleri rémoulade Bio
Plat Bio

Brandade de poisson
Poissons, pomme de terre, polenta



Fromage frais aux fruits Bio

Cookie Bio



 Végétarien  Durable

Ce menu est cuisiné par
le chef Portes Michaël
et son équipe

Nous avons identifié en gras un menu conseillé qui répond à un équilibre alimentaire sur la semaine

MATER centre SUBSTITUTION N

Mairie de
CASTELGINEST

elior 

Au menu cette semaine - Déjeuner

LUNDI | 25
Sep

Salade de pâtes
extrême orient

Acras à la morue

Carottes Bio
infusion colombo

St Môret Bio

Corbeille de fruits Bio
Plat Bio

MARDI | 26
Sep

Salade de pommes
de terre au curry

Coquille de poisson sauce
aurore

Duo brocolis chou-fleur
sauce Indien

Vache qui rit Bio

Compote pommes pêches Bio
Plat Bio

MERCREDI | 27
Sep

Salade verte Bio aux croûtons
Salade verte Bio

Penne de la mer

Gouda Bio

Mousse chocolat au lait

LE JOUR DU 

JEUDI | 28
Sep

Pizza au fromage

Omelette nature 

Ratatouille

Camembert 

Corbeille de fruits Bio
Plat Bio

VENDREDI | 29
Sep

Salade composée
Bio aux noix

Filet de colin
à la noix de coco 

Riz pilaf Bio

Yaourt aromatisé

Corbeille de fruits Bio
Plat Bio



Végétarien



Produits
locaux



Pêche
responsabl

Ce menu est cuisiné par
le chef Portes Michaël
et son équipe

MATER centre SUBSTITUTION N

Mairie de

CASTELGINEST

elior 

Nous avons identifié en gras un menu conseillé qui répond à un équilibre alimentaire sur la semaine

Au menu cette semaine - Déjeuner

LE JOUR DU 

LUNDI | 02
Oct

Taboulé

Poissonnette

Haricots verts Bio

Saint-Paulin

Ananas au sirop

MARDI | 03
Oct

Tomate Bio
Plat BIO

Riz à la mexicaine 
tomate, haricot rouge, ail Bio, riz, poivron Bio

Edam

Flan vanille caramel

MERCREDI | 04
Oct

Penne semi complètes au
distou

Acras à la morue

Printanière de légumes

Fraidou

Compote pommes bananes Bio
Plat BIO

JEUDI | 05
Oct

Betterave Bio
Plat BIO

**Colin sauce
condiment vierge** 

Purée de pommes de terre

Yaourt aromatisé

Corbeille de fruits Bio
Plat BIO

VENDREDI | 06
Oct

Coleslaw Bio
carotte et chou blanc Bio

Ravioli au saumon

Camembert Bio
Plat BIO

Corbeille de fruits Bio
Plat BIO



 Végétarien  Nouveauté

Ce menu est cuisiné par
le chef Portes Michaël
et son équipe

Nous avons identifié en gras un menu conseillé qui répond à un équilibre alimentaire sur la semaine

MATER centre SUBSTITUTION N

Mairie de
 CASTELGINEST 

Au menu cette semaine - Déjeuner

LUNDI | 09
Oct

Salade de riz Bio
Plat Bio

Nuggets de blé



Courgettes Bio à la provençale
Plat Bio

Tomme de pays Bio
Plat Bio

Donuts au sucre

MARDI | 10
Oct

Concombre vinaigrette Bio
Plat Bio

Omelette forestière



Haricots verts Bio

Yaourt aromatisé

Corbeille de fruits Bio
Plat Bio

MERCREDI | 11
Oct

Salade provençale
feuille de chêne, tomate, poivron, anchois



Croquettes de poisson sauce tartare

Poireaux en béchamel

Edam Bio

Corbeille de fruits Bio
Plat Bio

LE JOUR DU

JEUDI | 12
Oct

**Salade mélangée
radis emmental**

Boullgour tandoori
boullgour, Mélange tandoori



Vache qui rit Bio

Cocktail de fruits

VENDREDI | 13
Oct

Céleri rémoulade

**Pavé de colin
à la basquaise**



Pommes de terre vapeur



Brie Bio
Plat Bio

Grillé aux pommes



Végétarien



Poisson
frais



Pêche
responsabl



Produits
locaux

Ce menu est cuisiné par
le chef Portes Michaël
et son équipe

MATER centre SUBSTITUTION N

Mairie de

CASTELGINEST

elior

Nous avons identifié en gras un menu conseillé qui répond à un équilibre alimentaire sur la semaine

Au menu cette semaine - Déjeuner

LUNDI | 16
Oct

Macédoine à la mayonnaise

Paupiette du pêcheur
sauce crème de persil

Poêlée de légumes Bio
Plat BIO

Fromage frais aux fruits Bio

Corbeille de fruits Bio
Plat BIO

MARDI | 17
Oct

Carottes Bio râpées
Plat Bio

Fish burger

Pommes frites

Tomme de pays Bio
Plat BIO

Compote pommes

MERCREDI | 18
Oct

Friand au fromage

Filet de colin meunière 

Carottes vapeur Bio
Plat BIO

Brie Bio
Plat BIO

Poire Bio sauce chocolat
Plat BIO

LE JOUR DU 

JEUDI | 19
Oct

Tomate Bio
Plat BIO

Semoule tandoori 

St Môret Bio

Corbeille de fruits Bio
Plat BIO

VENDREDI | 20
Oct

Chou-fleur Bio vinaigrette
Plat Bio

Lasagne au saumon

Yaourt aromatisé

Corbeille de fruits Bio
Plat BIO



 Pêche responsable  Végétarien

Ce menu est cuisiné par
le chef Portes Michaël
et son équipe

MATER centre SUBSTITUTION N

Mairie de
 CASTELGINEST

 elior

Nous avons identifié en gras un menu conseillé qui répond à un équilibre alimentaire sur la semaine