



# Menus Régimes SANS SEL et SANS SUCRE MONTBLANC

Semaine du 26 mai au 1er juin 2025



un **Sourire**  
dans ma **Cuisine**  
par **sodexo**

	LUNDI 26/05/2025	MARDI 27/05/2025	MERCREDI 28/05/2025	JEUDI 29/05/2025	VENDREDI 30/05/2025	SAMEDI 31/05/2025	DIMANCHE 01/06/2025
REPAS MIDI	Salade de cœurs de palmiers et maïs  Poulet vf rôti  Pommes de terre sautées Ratatouille  Petit fromage frais nature  <b>Fruit bio</b>	<b>Salade de lentilles bio</b>  Hoki sauce bretonne  Haricots verts CE2 persillés  <b>Yaourt nature bio</b>  Banane rup	Salade iceberg  Sauté de dinde vf sauce tomate  Farfalles Courgettes sautées  Fromage blanc nature  <b>Purée de pomme bio</b>	Salade de blé  Rôti de veau lcl au jus  Fondue de poireaux  Yaourt nature  <b>Purée de pomme bio banane</b>	<b>Carottes râpées bio</b>  Limande au beurre blanc  Epinards sautés Polenta Petit fromage frais nature  Fruit	<b>Brocolis bio vinaigrette</b>  <b>Sauté de bœuf bio mironton</b>  Riz Petits pois Fromage blanc nature  Fruit	Taboulé  Rôti de porc vf au jus  Céleri braisé  Yaourt nature  Coupelle de pomme abricot
REPAS SOIRS	Soupe de légumes	Soupe de poireaux	Soupe d'endives	Soupe de légumes racines	Soupe de potiron	Soupe de petits pois	Soupe de légumes

- Appellation d'origine protégée
- Label Rouge
- Œuf plein air
- Viande française
- Haute valeur environnementale
- Pêche durable
- Marée fraîche
- Produit local
- Produits issus de l'agriculture BIO
- Menu végétarien





# Menus Régimes SANS SEL et SANS SUCRE MONTBLANC

Semaine du 2 juin au 8 juin 2025



un **Sourire**  
dans ma **Cuisine**  
par sodexo

	LUNDI 02/06/2025	MARDI 03/06/2025	MERCREDI 04/06/2025	JEUDI 05/06/2025	VENDREDI 06/06/2025	SAMEDI 07/06/2025	DIMANCHE 08/06/2025
REPAS MIDI	Tomates vinaigrette  Sauté de veau Ici façon blanquette  Torsades Haricots beurre persillés  Petit fromage frais nature  Coupelle de purée de poire	<b>Salade de pois chiche bio</b>  Escalope de dinde vf au jus  Blettes persillées  Yaourt nature  <b>Banane bio</b>	Concombre vinaigrette  Filet de hoki sauce basilic  Courgettes à la provençale Riz pilaf  Fromage blanc nature  <b>Purée de pomme bio</b>	Radis râpé , tomate et maïs  Aiguillettes de poulet vf au jus  Purée de pomme de terre Carottes persillées  Fromage blanc nature  Fruit Ici	Salade verte  <b>Omelette bio</b>  <b>Epinards bio à la crème</b> Blé  <b>Yaourt nature bio</b>  Coupelle de purée de pomme banane	Salade de coquillettes  Merlu sauce citron  Fenouil braisé  Petit fromage frais nature  Fruit	Melon  Poulet vf Basquaise  Boulgour Salsifis sautés  Fromage blanc nature  Fruit
REPAS SOIRS	Soupe de haricots verts	Soupe de légumes	Soupe de pois cassés	Soupe de courgettes	Soupe de légumes cultivateur	Soupe de poireaux	Soupe de légumes

- Appellation d'origine protégée
- Label Rouge
- Œuf plein air
- Viande française
- Haute valeur environnementale
- Pêche durable
- Marée fraîche
- Produit local
- Produits issus de l'agriculture BIO
- Menu végétarien





# Menus Régimes SANS SEL et SANS SUCRE MONTBLANC

Semaine du 9 juin au 15 juin 2025



un **Sourire**  
dans ma **Cuisine**  
par sodeXo

Fête des pères

	LUNDI 09/06/2025	MARDI 10/06/2025	MERCREDI 11/06/2025	JEUDI 12/06/2025	VENDREDI 13/06/2025	SAMEDI 14/06/2025	DIMANCHE 15/06/2025
REPAS MIDI	<b>Brocolis bio vinaigrette</b>	Haricots verts vinaigrette	Poireaux vinaigrette	Courgettes râpées , tomates et maïs	Macédoine vinaigrette	Carottes râpées vinaigrette	Céleri râpé vinaigrette
	<b>Spaghettis bolognaise bio</b>	Dalh de lentilles corail	Sauté de porc CE2 au romarin	Couscous au poulet vf	<b>Omelette bio</b>	Sauté de veau lr sauce arrabiata	Rôti de dinde lr sauce forestière
	<b>(spaghettis bio)</b>	Riz	Petits pois	Semoule et légumes couscous	Haricots beurre sautés	Polenta	Courgettes sautées
	Carottes persillées	Epinards sautés	Pommes de terre sautées		Farfalles	Jardinière de légumes	Purée de pomme de terre
	Fromage blanc nature	Yaourt nature	Petit fromage frais nature	Yaourt nature	Fromage blanc nature	Petit fromage frais nature	Yaourt nature
Coupelle de purée de pêche	<b>Fruit bio</b>	Coupelle de purée de pomme coing	Banane RUP	<b>Purée de pomme bio et pruneaux</b>	Fruit Ici	Fruit	
REPAS SOIRS	Soupe de céleri	Soupe de haricots blancs	Soupe de légumes racines	Soupe crécy	Soupe du barry	Soupe de légumes	Soupe parmentier aux poireaux

- Appellation d'origine protégée
- Label Rouge
- Œuf plein air
- Viande française
- Haute valeur environnementale
- Pêche durable
- Marée fraîche
- Produit local
- Produits issus de l'agriculture BIO
- Menu végétarien





# Menus Régimes SANS SEL et SANS SUCRE MONTBLANC

Semaine du 16 juin au 22 juin 2025



	LUNDI 16/06/2025	MARDI 17/06/2025	MERCREDI 18/06/2025	JEUDI 19/06/2025	VENDREDI 20/06/2025	SAMEDI 21/06/2025	DIMANCHE 22/06/2025
REPAS MIDI	Salade de pommes de terre  Poulet vf rôti  Haricots plats persillés  <b>Yaourt nature bio</b>  <b>Fruit bio</b>	<b>Betteraves bio vinaigrette</b>  Tajine de légumes et pois chiche  <b>Semoule bio</b>  Yaourt nature  Coupelle de purée de poire	<b>Salade de lentilles bio</b>  Rôti de porc vf au jus  <b>Epinards bio à la crème</b>  Fromage blanc nature  Banane RUP	Salade de tomates vinaigrette au basilic  Sauté de bœuf lcl au jus  Pommes de terre sautées Courgettes persillées  Yaourt nature  Coupelle de purée de pêche	Salade verte  Hoki sauce tomate  Riz créole Haricots verts sautés  Fromage blanc nature  <b>Fruit bio</b>	Melon  Saumon sauce échalote  Blettes persillées Polenta  Petit fromage frais nature  Coupelle de purée de poire	<b>Salade de pâtes tricolores bio</b>  <b>Boulettes de bœuf bio sauce tomate</b>  Poivrons grillés  Yaourt nature  Fruit
REPAS SOIRS	Soupe crécy	Soupe de potiron	Soupe de légumes cultivateur	Soupe de légumes racines	Soupe de courgettes	Soupe de céleri	Soupe de légumes

- Appellation d'origine protégée
- Label Rouge
- Œuf plein air
- Viande française
- Haute valeur environnementale
- Pêche durable
- Marée fraîche
- Produit local
- Produits issus de l'agriculture BIO
- Menu végétarien





# Menus Régimes SANS SEL et SANS SUCRE MONTBLANC

Semaine du 23 juin au 29 juin 2025



un **Sourire**  
dans ma **Cuisine**  
par sodexo

	LUNDI 23/06/2025	MARDI 24/06/2025	MERCREDI 25/06/2025	JEUDI 26/06/2025	VENDREDI 27/06/2025	SAMEDI 28/06/2025	DIMANCHE 29/06/2025
REPAS MIDI	<p>Macédoine vinaigrette</p> <p>Emincés de boeuf vf aux oignons</p> <p><b>Boulgour Bio</b></p> <p>Chou fleur sautés</p> <p>Petit fromage frais nature</p> <p><b>Fruit bio</b></p>	<p>Taboulé</p> <p>Hoki sauce normande</p> <p>Haricots verts CE2 persillés</p> <p>Yaourt nature</p> <p>Fruit Icl</p>	<p>Salade de pommes de terre</p> <p><b>Œufs durs bio</b></p> <p><b>Epinards bio à la crème</b></p> <p>Fromage blanc nature</p> <p>Banane</p>	<p>Salade de tomate</p> <p>Rôti de veau vf au jus</p> <p>Ratatouille</p> <p>Riz créole</p> <p>Yaourt nature</p> <p>Coupelle de purée de poire</p>	<p>Concombre vinaigrette</p> <p>Merlu sauce julienne</p> <p>Pommes de terre vapeur</p> <p>Julienne de légumes</p> <p>Petit fromage frais nature</p> <p><b>Purée de pomme bio</b></p>	<p><b>Salade de pois chiche bio</b></p> <p>Saiuté de porc VF au curry</p> <p>Salsifis sautés</p> <p>Yaourt nature</p> <p><b>Fruit bio</b></p>	<p>Radis râpés et maïs</p> <p>Rôti de bœuf vf au jus</p> <p><b>Carottes bio persillées</b></p> <p>Penne</p> <p>Fromage blanc nature</p> <p>Fruit</p>
REPAS SOIRS	Soupe crécy	Soupe de légumes	Soupe de brocolis	Soupe de de haricots blancs	Soupe de céleri	Soupe de petits pois	Soupe de légumes racines

-  Appellation d'origine protégée
-  Label Rouge
-  Œuf plein air
-  Viande française
-  Haute valeur environnementale
-  Pêche durable
-  Marée fraîche
-  Produit local
-  Produits issus de l'agriculture BIO
-  Menu végétarien





# Menus Régimes SANS SEL et SANS SUCRE MONTBLANC

Semaine du 30 juin au 6 juillet 2025



un **Sourire**  
dans ma **Cuisine**  
par sodexo

	LUNDI 30/06/2025	MARDI 01/07/2025	MERCREDI 02/07/2025	JEUDI 03/07/2025	VENDREDI 04/07/2025	SAMEDI 05/07/2025	DIMANCHE 06/07/2025
REPAS MIDI	Salade de blé	<b>Carottes râpées bio vinaigrette</b>	Concombre vinaigrette	Salade de pâtes	<b>Melon bio</b>	<b>Betteraves bio vinaigrette</b>	<b>Brocolis bio vinaigrette</b>
	Lapin vf au jus	Bolognaise vf	Merlu sauce citron	Rôti de veau lcl fau jus	Pilon de poulet vf	Colin meunière et citron	<b>Sauté de bœuf bio à la provençale</b>
	Courgettes sautées	<b>Riz bio</b> Haricots beurre CE2 persillés	Carottes et pommes de terre vapeur	Aubergines sauce tomate	Riz Poivrons grillés	Petits pois CE2 fermière Purée de pommes de terre	Polenta Salsifis sautés
	Fromage blanc nature	Yaourt nature	Fromage blanc nature	Yaourt nature	Petit fromage frais nature	Yaourt nature	Fromage blanc nature
	<b>Fruit bio</b>	<b>Coupelle de purée de pomme bio</b>	<b>Fruit bio</b>	<b>Fruit bio</b>	Coupelle de purée de pomme coing	Fruit	Coupelle de purée de pomme abricot
REPAS SOIRS	Soupe de poireaux	Soupe de carottes	Soupe de courgette	Soupe de légumes	Soupe de légumes racine	Soupe de Petits pois	Soupe Dubarry

- Appellation d'origine protégée
- Label Rouge
- Œuf plein air
- Viande française
- Haute valeur environnementale
- Pêche durable
- Marée fraîche
- Produit local
- Produits issus de l'agriculture BIO
- Menu végétarien

