



# Menus Régimes SANS SEL et SANS SUCRE MONTBLANC

Semaine du 28 avril au au 4 mai 2025



un **Sourire**  
dans ma **cuisine**  
par SODEXO

	LUNDI 28/04/2025	MARDI 29/04/2025	MERCREDI 30/04/2025	JEUDI 01/05/2025	VENDREDI 02/05/2025	SAMEDI 03/05/2025	DIMANCHE 04/05/2025
REPAS MIDI	Salade de pommes de terre	<b>Betteraves bio vinaigrette</b>	<b>Concombre bio tzatziki</b>	Haricots beurre CE2 vinaigrette	Carottes râpées vinaigrette	Taboulé	Chou rouge vinaigrette
	Emincés de dinde vf au jus	Colin sauce tomate	Rôti de bœuf vf au jus	Sauté de veau LCL au jus	<b>Coquillettes semi complètes bio sauce crème ,courgetts,légumes , pois gourmand</b>	Aiguillettes de poulet vf Vallée d'Auge	Rôti de porc VF au jus
	Petits pois ce2	<b>Riz semi complet bio</b> Epinards sautés	Purée de potiron	<b>Brocolis bio sautés</b> Boulgour	<b>(coquillettes semi complètes bio)</b> Courgettes sautées	Haricots verts CE2 persillés	<b>Lentilles bio</b> Carottes persillées
	Fromage blanc nature	Yaourt nature	Petit fromage frais nature	Fromage blanc nature	<b>Yaourt nature bio</b>	Petit fromage frais nature	Yaourt nature
	<b>Fruit bio</b>	<b>Coupelle de purée de pommes bio</b>	Fruit	<b>Purée de pomme bio et ananas</b>	Fruit lcl	<b>Fruit bio</b>	Coupelle de purée de pomme coing
REPAS SOIRS	Soupe de poireaux	Soupe cultivateur	Soupe de lentilles	Soupe Dubarry	Soupe de courgette	Soupe de petits pois	Soupe de légumes

Appellation d'origine protégée

Viande française

Produit local

Label Rouge

Pêche durable

Produits issus de l'agriculture BIO

Œuf plein air

Marée fraîche

Menu végétarien





# Menus Régimes SANS SEL et SANS SUCRE MONTBLANC

Semaine du 5 mai au 11 mai 2025



	LUNDI 05/05/2025	MARDI 06/05/2025	MERCREDI 07/05/2025	JEUDI 08/05/2025	VENDREDI 09/05/2025	SAMEDI 10/05/2025	DIMANCHE 11/05/2025
REPAS MIDI	<p><b>Chou fleur bio vinaigrette</b></p> <p>Emincés de bœuf vf sauce façon orientale (tomates, carottes, oignons, quatre épices)</p> <p><b>Semoule bio</b></p> <p>Blettes persillées</p> <p>Fromage blanc nature</p> <p><b>Fruit bio</b></p>	<p><b>Lentilles bio vinaigrette</b></p> <p>Poulet VF rôti</p> <p><b>Epinards bio sautés</b></p> <p>Petit fromage frais nature</p> <p>Coupelle de purée de poire</p>	<p><b>Œufs durs bio</b></p> <p>Korma (brunoise de légumes et petits pois)</p> <p><b>Riz bio</b></p> <p><b>Yaourt nature bio</b></p> <p>Fruit</p>	<p>Salade iceberg</p> <p><b>Sauté de bœuf bio à la provençale</b></p> <p><b>Torsades bio</b></p> <p>Céleri braisé</p> <p>Fromage blanc nature</p> <p>Fruit</p>	<p>Radis rondelles et maïs</p> <p>Merlu sauce julienne</p> <p>Pommes de terre vapeur</p> <p>Julienne de légumes</p> <p>Petit fromage frais nature</p> <p>Coupelle de purée de pomme</p>	<p>Salade de haricots blancs</p> <p>Côte de porc vf au jus</p> <p>Aubergines sauce tomate</p> <p>Yaourt nature</p> <p>Fruit</p>	<p>Céleri râpé vinaigrette</p> <p>Sauté de dinde vf Marengo</p> <p>Polenta</p> <p>Choux de Bruxelles</p> <p>Fromage blanc nature</p> <p>Fruit</p>
REPAS SOIRS	Soupe du Barry	Soupe de carottes	Soupe de potiron	Soupe de poireaux	Soupe de légumes	Soupe de courgettes	Soupe d'endives



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 12 mai au 18 mai 2025



	LUNDI 12/05/2025	MARDI 13/05/2025	MERCREDI 14/05/2025	JEUDI 15/05/2025	VENDREDI 16/05/2025	SAMEDI 17/05/2025	DIMANCHE 18/05/2025
REPAS MIDI	<p><b>Carottes râpées bio vinaigrette</b></p> <p>Boulettes de bœuf vf sauce tomate</p> <p><b>Boulgour bio</b></p> <p>Salsifis sautés</p> <p>Petit fromage frais nature</p> <p>Coupelle de purée de pomme coing</p>	<p>Poireaux vinaigrette</p> <p>Hoki sauce échalote</p> <p><b>Haricots verts bio persillés</b></p> <p>Coquillettes</p> <p>Yaourt nature</p> <p>Fruit lcl</p>	<p>Salade verte</p> <p>Rôti de porc lcl au jus</p> <p>Purée de pommes de terre</p> <p>Brocolis</p> <p>Fromage blanc nature</p> <p><b>Fruit bio</b></p>	<p>Lentilles vinaigrette</p> <p>Escalope de dinde vf au jus</p> <p>Courgettes sautées</p> <p>Yaourt nature</p> <p><b>Fruit bio</b></p>	<p><b>Salade coleslaw bio</b></p> <p><b>Omelette bio</b></p> <p>Pommes de terre sautées</p> <p>Poêlée de légumes</p> <p>Fromage blanc nature</p> <p><b>Purée de pomme bio et pruneaux</b></p>	<p>Salade de haricots rouges et tomates</p> <p><b>Sauté de veau bio au curry</b></p> <p>Carottes lcl persillées</p> <p>Yaourt nature</p> <p>Fruit</p>	<p>Betteraves CE2 vinaigrette</p> <p>Emincés de porc CE2 Marengo</p> <p>Farfalles</p> <p>Blettes persillées</p> <p>Petit fromage frais nature</p> <p>Coupelle de purée de pêche</p>
REPAS SOIRS	Soupe de pois cassés	Soupe de légumes racines	Soupe de céleri	Soupe de haricots verts	Soupe de haricots blancs	Soupe de légumes cultivateur	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 19 mai au 25 mai 2025



rete des mères

	LUNDI 19/05/2025	MARDI 20/05/2025	MERCREDI 21/05/2025	JEUDI 22/05/2025	VENDREDI 23/05/2025	SAMEDI 24/05/2025	DIMANCHE 25/05/2025
REPAS MIDI	Macédoine CE2 vinaigrette	<b>Salade de pois chiches bio</b>	Tomates vinaigrette	Radis râpés vinaigrette	Carottes râpées vinaigrette	Salade de pommes de terre	Concombre vinaigrette
	Sauté de dinde LR sauce paprika et persil (crème, carottes, oignons, tomate, paprika et persil)	Colin meunière et citron	Emincés de porc vf au jus	Macaronade lcl	<b>Tortilla (œufs bio) oignons et pommes de terre</b>	Côte de porc au jus	Saumon normande
	<b>Lentilles bio lcl</b>	Ratatouille	Haricots blancs sauce tomate	<b>Penne bio semi complètes</b>	Salade verte	Salsifis sautés	Torsades
	Jardinière de légumes	Yaourt nature	Fondue de poireaux	Carottes persillées	<b>Yaourt nature bio</b>	Fromage blanc nature	Epinards à la crème
	Fromage blanc nature	Fruit	Petit fromage frais nature	Fromage blanc nature	<b>Purée de pomme bio et banane</b>	Fruit lcl	Yaourt nature
<b>Fruit bio</b>		Coupelle de purée de poire	<b>Fruit bio</b>			Pomme au four	
REPAS SOIRS	Soupe de courgettes	Soupe de brocolis	Soupe de légumes	Soupe de poireaux	Soupe de céleri	Soupe de haricots verts	Soupe de potiron

- 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 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

