

Menus Semaine du 1^{er} au 5 Septembre 2025

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
<p>Concombres   sauce bulgare <i>Lait, moutarde, sulfites</i></p> <p>Poulet rôti jus aux herbes  <i>Gluten,</i></p> <p>Ratatouille <i>Pas d'allergènes à déclaration obligatoire</i></p> <p>Camembert  <i>lait</i></p> <p>Yaourt flan chocolat <i>lait</i></p>	<p>Emincé de saumon sauce au basilic  <i>Poisson, gluten</i></p> <p>Riz  <i>Pas d'allergènes à déclaration obligatoire</i></p> <p>Yaourt nature sucré   <i>lait</i></p> <p>Banane  <i>Pas d'allergènes à déclaration obligatoire</i></p>	<p>Concombre Bio Tzatziki vinaigrette  <i>moutarde, sulfites</i></p> <p>Poulet Sauce ketdgenou (tomate, aubergine, oignon, gingembre)   <i>gluten</i></p> <p>Carottes  <i>Pas d'allergènes à déclaration obligatoire</i></p> <p>Saint Nectaire AOP  <i>lait</i></p> <p>Donuts  <i>Gluten, lait, oeufs</i></p>	<p>Menu de la rentrée </p> <p>Melon <i>Pas d'allergènes à déclaration obligatoire</i></p> <p>Nuggets Crispidor à l'emmental <i>Lait, gluten</i></p> <p>Pommes de terre quartier rôti avec peau et ketchup <i>Pas d'allergènes à déclaration obligatoire</i></p> <p>Edam <i>lait</i></p> <p>Gâteau au chocolat Maison <i>Gluten, lait, oeuf</i></p>	<p>Steak haché de bœuf sauce aux oignons  <i>gluten</i></p> <p>Courgettes <i>Pas d'allergènes à déclaration obligatoire</i> </p> <p>Saint Paulin <i>lait</i></p> <p>Compote poire  e pêche allégée en sucre <i>Pas d'allergènes à déclaration obligatoire</i></p>



Menus Semaine du 8 au 12 Septembre 2025



Découvrir pour mieux grandir

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
	Menu Végétarien			MISSION RECETTES DURABLES
<p>Boulettes au mouton et bœuf sauce provençale</p> <p><i>gluten,</i></p> <p>Carottes  <small>AGRICULTURE BIOLOGIQUE</small></p> <p><i>Pas d'allergènes à déclaration obligatoire</i></p> <p>Gouda</p> <p><i>lait</i></p> <p>Fruit de saison</p> <p><i>Pas d'allergènes à déclaration obligatoire</i></p>	<p>Carottes râpées  <small>AGRICULTURE BIOLOGIQUE</small></p> <p>vinaigrette</p> <p><i>moutarde, sulfites</i></p> <p>Semoule  <small>AGRICULTURE BIOLOGIQUE</small></p> <p>Sauce tajine marocain pois chiche, légumes et raisins secs</p> <p>Brie</p> <p><i>lait</i></p> <p>Fromage blanc aux fruits</p> <p><i>lait</i></p> <p> <small>Le réseau des Fermiers Bio</small>  <small>AGRICULTURE BIOLOGIQUE</small></p>	<p>Melon jaune</p> <p><i>Pas d'allergènes à déclaration obligatoire</i></p> <p>Rôti de dinde au jus  <small>LE PAYSAN FRANÇAIS</small></p> <p><i>gluten</i></p> <p>Pennes  <small>AGRICULTURE BIOLOGIQUE</small></p> <p><i>Gluten</i></p> <p>Fromage Frais sucré</p> <p><i>lait</i></p> <p>Fruit de saison</p>	<p>Merlu  sauce citron</p> <p><i>Poisson, lait, gluten</i></p> <p>Riz  <small>AGRICULTURE BIOLOGIQUE</small> façon pilaf</p> <p><i>Pas d'allergènes à déclaration obligatoire</i></p> <p>Tomme blanche</p> <p><i>lait</i></p> <p>Smoothie abricot pomme banane</p> <p><i>Pas d'allergènes à déclaration obligatoire</i></p>	<p>Salade de tomates vinaigrette</p> <p><i>moutarde, sulfites</i></p> <p>Jambon braisé  <small>LE PAYSAN FRANÇAIS</small></p> <p><i>Gluten,</i></p> <p>Haricots verts  <small>AGRICULTURE BIOLOGIQUE</small>  <small>le paysan BRETON</small></p> <p>à l'ail</p> <p><i>Pas d'allergènes à déclaration obligatoire</i></p> <p>Emmental  <small>AGRICULTURE BIOLOGIQUE</small></p> <p><i>Lait</i></p> <p>Gâteau aux haricots blancs et myrtilles</p> <p>Maison</p> <p><i>lait, œufs</i></p>



Légumerie Tezea



Tout commence au quotidien

Menus Semaine du 15 au 19 Septembre 2025

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
<p>Pastèque <i>Pas d'allergènes à déclaration obligatoire</i></p> <p>Hoki  sauce armoricaine <i>Gluten, lait, poisson, crustacés</i></p> <p>Coquillettes  <i>Gluten</i></p> <p>Pont l'évêque AOP  <i>lait</i></p> <p>Compote de poires <i>Pas d'allergènes à déclaration obligatoire</i></p>	<p>Steak haché de bœuf sauce brune  <i>Gluten,</i></p> <p>Carottes  rondelles <i>Pas d'allergènes à déclaration obligatoire</i></p> <p>Tomme grise <i>lait</i></p> <p>Chouquette crème vanille <i>Lait, gluten</i></p>	<p>Rillettes de canard <i>Pas d'allergènes à déclaration obligatoire</i></p> <p>Omelette gratinée au fromage  <i>lait</i></p> <p>Pommes de terre rôtie  <i>Pas d'allergènes à déclaration obligatoire</i></p> <p>Coulommiers <i>lait</i></p> <p>Cake à la châtaigne Maison <i>Gluten, lait, oeufs</i></p>	<p>Betteraves  vinaigrette <i>Moutarde sulfites</i></p> <p>Sauté de poulet sauce curry   <i>Lait, gluten</i></p> <p>Ratatouille <i>Pas d'allergènes à déclaration obligatoire</i></p> <p>Fromage Saint-morêt <i>lait</i></p> <p>Yaourt aromatisé  <i>lait</i></p> <p> Le réseau des Fermiers bio</p>	<p>Menu Végétarien</p> <p>Gratin de pommes de terre, courgettes et basilic  <i>Lait,</i></p> <p>Salade verte vinaigrette <i>Moutarde sulfites</i></p> <p>Camembert  <i>lait</i></p> <p>Crème dessert chocolat <i>lait</i></p>



Légumerie Tezea



Tout commence au quotidien

Menus Semaine du 22 au 26 Septembre 2025



Découvrir pour mieux grandir

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
<p>Sauté de dinde sauce au romarin <i>Gluten, lait</i></p> <p>Torsade <i>gluten</i></p> <p>Edam <i>lait</i></p> <p>Mousse saveur chocolat au lait <i>lait</i></p>	<p>Radis vinaigrette au miel et moutarde à l'ancienne <i>Moutarde, sulfites</i></p> <p>Colin Alaska pane riz soufflé <i>Lait, gluten, œufs</i></p> <p>Duo Epinards branches et pommes de terre béchamel</p> <p>Cantal AOP</p> <p>Cake au citron Maison <i>Gluten, lait, œufs</i></p>	<p>Céleri rémoulade <i>Moutarde, œufs, sulfites</i></p> <p>Rôti de bœuf au jus</p> <p>Légumes façon maillot (carottes bâtonnets, haricots verts et petits pois)</p> <p>Fromage fondu vache qui rit</p> <p>Compote tous fruits allégés en sucre</p>	<p>Menu végétarien</p> <p>Carottes râpées vinaigrette à l'huile de noix</p> <p>Couscous végétal aux 5 légumes et raisins secs</p> <p>Brie</p> <p>Bananes</p>	<p>Nouvelle recette</p> <p>Cordon bleu de dinde</p> <p>Pâtes à la brunoise de courgettes</p> <p>Tomme noir Montcadi</p> <p>Crème dessert vanille</p>



Légumerie Tezea



Tout commence au quotidien

Menus de la Semaine du 29 septembre au 03 Octobre 2024

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
	Menu végétarien			
<p>Steak haché de poulet sauce tomates <i>Gluten,</i></p> <p>Purée de pommes de terre <i>lait</i></p> <p>Fromage frais Rondelé nature <i>lait</i></p> <p>Compote pomme abricot allégée en sucre <i>Pas d'allergènes à déclaration obligatoire</i></p>	<p>Courgettes râpées Sauce fromage blanc <i>Moutarde, sulfites, lait</i></p> <p>Coquillettes sauce champignon à la crème et noisettes <i>Gluten, lait, fruits à coque</i></p> <p>Fromage râpé accompagnement <i>lait</i></p> <p>Saint nectaire AOP</p> <p>Gaufre liégeoise</p>	<p>Salade de Haricots rouge tomate et épice chili <i>Moutarde, sulfites</i></p> <p>Sauté de poulet sauce Normande <i>Gluten, lait</i></p> <p>Semoule <i>Gluten</i></p> <p>Petit fromage frais sucre <i>lait</i></p> <p>Barre bretonne et crème anglaise <i>Gluten, œufs, lait</i></p>	<p>Escalope de porc ius au thym <i>gluten</i></p> <p>Riz façon pilaf <i>Pas d'allergènes à déclaration obligatoire</i></p> <p>Coulommiers <i>lait</i></p> <p>Pommes <i>Pas d'allergènes à déclaration obligatoire</i></p>	<p>Salade de pommes de terre ciboulette <i>Moutarde, sulfites, œufs, lait</i></p> <p>Duo de Colin d'Alaska et saumon sauce citron <i>Poisson, lait, gluten</i></p> <p>Haricots verts <i>Pas d'allergènes à déclaration obligatoire</i></p> <p>Yaourt aromatisé <i>lait</i></p>



Menus de la Semaine du 06 au 10 Octobre 2024

Lundi		Mercredi	Jeudi	Vendredi
<p> Salade de haricots verts à l'échalote <i>Moutarde, sulfites</i></p> <p>Jambon blanc Sauce tomate  <i>Gluten</i></p> <p>Pennes  <i>gluten</i></p> <p>Fromage râpé accompagnement  <i>lait</i></p> <p>Yaourt aromatisé <i>lait</i></p>	<p>Animation Fruits d'automne</p> <p>Aiguillette de poulet sauce forestière aux champignons et pommes <i>Crème, gluten</i></p> <p>Riz,  <i>Pas d'allergènes à déclaration obligatoire</i></p> <p>Cantal AOP  <i>lait</i></p> <p>Cake à la châtaignes et poires <i>Gluten, œufs</i></p> <p>En partenariat et animé par </p>	<p>Soupe de lentilles corail et lait de coco <i>lait</i></p> <p>Colin Alaska  pane riz soufflé <i>Gluten, œufs</i></p> <p>Petits pois mijotés <i>Pas d'allergènes à déclaration obligatoire</i></p> <p>Emmental <i>lait</i></p> <p>Yaourt aromatisé <i>Lait</i></p>	<p>Salade verte Vinaigrette et noix de cajou <i>Moutarde, sulfites</i></p> <p>Parmentier à la volaille kebab  <i>Lait,</i></p> <p>Mimolette <i>lait</i></p> <p>Smoothie ananas passion <i>Pas d'allergènes à déclaration obligatoire</i></p>	<p>Sauté de bœuf jus aux herbes <i>gluten</i></p> <p>Bouलगour  <i>gluten</i></p> <p>Saint Paulin  <i>lait</i></p> <p>Yaourt flan nappé caramel <i>lait</i></p>



Menus de la Semaine du 13 au 17 Octobre 2024

Les Régions de France



Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
<p>Ile de France</p> <p>Carottes râpées vinaigrette <i>Moutarde, sulfites</i></p> <p>Sauté de bœuf sauce forestière <i>Gluten, lait</i></p> <p>Haricots verts <i>lait</i></p> <p>Brie <i>lait</i></p> <p>Fromage blanc mascarpone poire et amandes grillé <i>Lait, fruits à coque</i></p>	<p>Hauts de France</p> <p>Filet de poulet sauce aux maroilles <i>Lait, gluten</i></p> <p>Pomme de terre quartier rôties <i>Pas d'allergènes à déclaration obligatoire</i></p> <p>Mimolette <i>lait</i></p> <p>Compote pomme saveur vanille et biscuit speculoos <i>Gluten,</i></p>	<p>Normandie</p> <p>Salade verte, camembert pané et vinaigrette moutarde <i>Moutarde, sulfites, gluten, lait</i></p> <p>Filet de Hoki sauce dieppoise <i>Gluten, lait, fruits de mer</i></p> <p>Carottes au jus <i>Pas d'allergènes à déclaration obligatoire</i></p> <p>Yaourt nature sucré <i>lait</i></p> <p>Pommes cuites au caramel beurre salé <i>Lait</i></p>	<p>Nouvelle aquitaine</p> <p>Parmentier de canard, haricot blanc et purée de pommes de terre <i>Lait, gluten,</i></p> <p>Salade verte vinaigrette <i>Moutarde, sulfites</i></p> <p>Tomme grise <i>lait</i></p> <p>Gâteau basque et confiture de cerises griottes <i>Gluten, lait, oeufs</i></p>	<p>Auvergne /Rhône Alpes</p> <p>Salade de mâche betterave et noix <i>Moutarde, sulfites, fruits à coque</i></p> <p>Quenelle nature sauce tomate <i>Gluten, lait</i></p> <p>Riz <i>Pas d'allergènes à déclaration obligatoire</i></p> <p>Fromage fondu carré <i>lait</i></p> <p>Salade de fruits <i>Pas d'allergènes à déclaration obligatoire</i></p>



Légumerie Tezea



Tout commence au quotidien