

Groupe scolaire de Pérois - Octobre 2026

LA GRANDE SEMAINE VEGETALE				
lundi 28 septembre	mardi 29 septembre	mercredi 30 septembre	jeudi 01 octobre	vendredi 02 octobre
Salade de perles, surimi, tomates, concombres	Mousse de foie et cornichon*	Salade de pâtes, tomates, maïs, olives	MENU 2 x bon Cake ratatouille	Betteraves vinaigrette
Cordon bleu de volaille	Sauté de veau VBF sauce forestière	Rôti de porc* VPF	Cassoulet haricots blancs	Parmentier végétal (purée de pommes de terre et garniture de lentilles, carottes, oignons et tomate)
Ratatouille	Riz AB	Gratin de chou fleur AB	et poulet d'Occitanie	Yaourt aromatisé
Vache qui rit AB	Comté AOP	Gouda	Yaourt fermier et local	Fruit de saison AB
Fruit de saison AB	Compote pomme-banane	Abricots au sirop	Fruit de saison	
lundi 05 octobre	mardi 06 octobre	mercredi 07 octobre	jeudi 08 octobre	vendredi 09 octobre
Œuf dur AB mayonnaise	Tomate vinaigrette	Mâche vinaigrette	Concombres à la crème	Feuilleté au fromage
Jambon blanc*VPF	Rôti de bœuf VBF	Lasagnes ricotta-épinards	Sauté de poulet VF façon poule au pot	Dos de lieu MSC sauce au citron
Coquillettes AB	Pommes noisettes	Emmental	Pommes vapeur, carottes, navets	Julienne de légumes
Fromage blanc nature AB et sucre	Pavé frais	Compote de pommes HVE	Edam	Petits suisses aux fruits AB
Fruit de saison AB	Donuts		Liégeois chocolat AB	Fruit de saison AB

SEMAINE DU GOÛT : les épices et les herbes aromatiques

lundi 12 octobre	mardi 13 octobre	mercredi 14 octobre	jeudi 15 octobre	vendredi 16 octobre
Tapenade au thym et toast	Œuf dur à la ciboulette	Quinoa façon taboulé libanais (persil, coriandre)	Chou blanc et carottes façon achard (gingembre, curcuma, cumin, ail)	Salade verte sauce onctueuse à la menthe
Tajine de dinde aux olives	Goulash (bœuf VBF et paprika)	Poisson MSC sauce curry coco	Rougail veggie et Riz	Couscous aux boulettes d'agneau
Carottes au cumin	Pâtes	Brocolis	Petit Louis	(raz el hanout)
Fromage blanc vanille	Gouda	Tartare aux fines herbes	Gâteau à l'ananas	Yaourt nature et sucre
Fruit de saison AB	Poire aux 4 épices	Fruit de saison AB		Salade d'agrumes cannelle

Les plats servis sont susceptibles de contenir : gluten, crustacés, oeufs, arachides, poisson, soja, lait, fruits à coque, céleri, moutarde, sésame, anhydride sulfureux et sulfites, lupin, mollusques.

Légende :
VBF / VPF / VF : viande de bœuf, de porc, de volaille française
LOC : Local
AB : Biologique
LR : Label Rouge
MSC : Pêche Durable
AOP / AOC : Appellation d'Origine Protégée / Contrôlée
* : Préparation à base de porc

Menu végétarien



Pérois

akté
Services de Restauration Collaborative