

Vabres l'Abbaye

Semaine n°02 : du 6 au 10 Janvier 2025



TOUT SAVOIR SUR NOS RECETTES

Salade fantaisie : céleri râpé, raisins de corinthe, pommes cubes / Salade orientale: riz, œufs durs, poisvrons / Taboulé libanais: boulgour, tomate, poivron, coriandre, cumin

\* contient du porc

Les labels de qualité (sauf BIO) concernent l'ingrédient majoritaire de la recette.

BIO

Le picto BIO indique une recette respectant les exigences du règlement CE n°385/2008. Pour les recettes contenant moins de 50% de produits BIO, l'ingrédient BIO sera précisé dans le libellé du plat.

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI
ENTRÉE	Potage de légumes ou Haricots verts BIO vinaigrette	Macédoine de légumes mayonnaise	Carottes râpées BIO vinaigrette	Potage de potiron ou Salade fantaisie	Salade orientale
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Lasagne à la bolognaise	Colin d'Alaska sauce normande	Tarte au fromage	Carottes, crème BIO curcuma	Emincé de dinde tandoori
PRODUIT LAITIER	Plat complet	Blé	Petits pois cuisinés	Semoule aux pois chiches	Chou-fleur persillé
DESSERT	Gouda	Fraidou	Yaourt aromatisé	Camembert	Fromage frais sucré
	Liégeois vanille	Compote de pomme	Clémentine	<b>Galette des rois</b>	Pomme

P.A. n°1



Semaine n°03 : du 13 au 17 Janvier 2025



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI
ENTRÉE	Chou rouge vinaigrette	Betterave BIO ciboulette nature ou potage de légumes	Taboulé libanais (boulgour BIO)	Carotte BIO râpée vinaigrette au curry	Pâté de foie *
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Boeuf bourguignon	Croq végétarien	Omelette	Saucisse sauce rougail *	Beignets de poisson
PRODUIT LAITIER	Coquillettes	Purée de pommes de terre	Epinards béchamel	<b>Riz créole</b>	Haricots beurre braisés
DESSERT	Emmental	Saint Nectaire	Fraidou	Petit moulé nature	Yaourt sucré
	Flan caramel	Poire	Pomme	<b>Moelleux ananas ou à la banane</b> (à confirmer)	Banane

P.A. n°2



Bleu Blanc Cœur



Plat végétarien



Label rouge



Viande/Cœur de France



Pêche responsable



UNE ALIMENTATION SAINE & NATURELLE AU PLUS PRES DES TERRITOIRES

Les produits peuvent être substitués pour des raisons de saisonnalité ex/ou d'approvisionnement



## TOUT SAVOIR SUR NOS RECETTES

Salade coleslaw : carotte, chou blanc / Salade des incas : riz, carotte, maïs / Semoule fantaisie: semoule, tomate, maïs /Salade western: maïs, haricot rouge, poivron, persil

P.A. n°3

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
ENTRÉE	Pommes de terre à l'échalote et ciboulette	Potage de légumes ou salade coleslaw	Salade des incas	Potage de potiron ou Salade verte nature	Pizza au fromage
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Poulet rôti au paprika	Couscous de légumes BIO (aromates non bio)	Chou-fleur à la parisienne *	Bœuf à l'orientale	Colin d'Alaska sauce agrumes
PRODUIT LAITIER	Petits pois cuisinés	(Semoule BIO)	***	Tortis	Purée de potiron
DESSERT	Saint Morêt	Saint Paulin	Yaourt sucré	Emmental	Brie
	Clémentine	Liégeois chocolat	Kiwi	Purée de pomme	Banane

P.A. n°4

### Nouvel an chinois

Les labels de qualité (sauf BIO) concernent l'ingrédient majoritaire de la recette.

Le picto BIO indique que le produit respecte les exigences du règlement CE n°853/2003. Pour les recettes contenant moins de 100% de produit BIO, l'ingrédient BIO sera précisé dans la liste du plat.

P.A. n°4

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
ENTRÉE	Semoule fantaisie	Potage de légumes ou céleri rémoulade	Salade western	Chou chinois à la coriandre	Coquillettes au basilic
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Sauté de bœuf aux oignons	Rôti de porc à l'ancienne *	Omelette au fromage	Riz	Colin d'Alaska pané
PRODUIT LAITIER	Haricots verts braisés	Lentilles cuisinées	Julienne de légumes	à la cantonnaise *	Carottes BIO à la crème
DESSERT	Yaourt sucré	Fondu président	Camembert	Edam	Petit moulé nature
	Pomme	Flan vanille	Banane	Purée pomme mangue	Poire

P.A. n°4



Bleu Blanc Cœur



Plat végétarien



Label rouge



Viande/Cœur de France



Pêche responsable



UNE ALIMENTATION SAINE & NATURELLE  
AU PLUS PRES DES TERRITOIRES

Les produits peuvent être substitués pour des raisons de saisonnalité et/ou d'approvisionnement



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI
ENTRÉE	Betterave BIO ciboulette nature	Chou rouge rémoulade au balsamique ou potage de légumes	Macédoine de légumes mayonnaise	Potage de potiron ou salade verte nature	Carotte râpée vinaigrette
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Colin d'Alaska sauce safranée	Nuggets de blé	Tajine de poulet	Parmentier de bœuf	Pomme de terre
	Blé	Tortis BIO sauce napolitaine	Semoule	au potiron	à la savoyarde *
PRODUIT LAITIER	Fromage frais sucré	Gouda	Brie	Fraidou	Yaourt aromatisé
DESSERT	Pomme	Purée pomme vanille	Banane	<b>Crêpe de la chandeleur</b>	Clémentine

P.A. n°5

**JOURNÉE MONDIALE  
DES LÉGUMINEUSES**

Semaine n°07 : du 10 au 14 Février 2025

\* contient du porc

Les labels de qualité (sauf BIO) concernent l'ingrédient majoritaire de la recette.

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI
ENTRÉE	Velouté de légumes ou Haricots verts vinaigrette	Duo d'hiver vinaigrette aux agrumes	Feuilleté au fromage	Céleri rémoulade BIO ou potage de potiron	Salade de pâtes tricolore
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Tortis bolognaise de lentilles BIO (aromates non bio)	Boulettes au bœuf sauce tomate	Jambon braisé sauce forestière *	Poulet rôti	Colin d'Alaska meunière
PRODUIT LAITIER	Yaourt sucré	Camembert	Fondu président	Petits pois cuisinés	Chou-fleur béchamel
DESSERT	Poire	Mousse au chocolat	Pomme	Gaufre liégeoise	Compote pomme ananas

P.A. n°1



Ble « Blanc Cœur



Plat végétarien



Label rouge



Viande/Cœur de France



pêche responsable


**Ansamble**  
 UNE ALIMENTATION SAINE & NATURELLE  
 AU PLUS PRÈS DES TERRITOIRES

Les produits peuvent être substitués pour des raisons de saisonnalité et/ou d'approvisionnement

Le porc BIO indique une recette respectant les exigences du règlement CE n°853/2008. Pour les recettes contenant moins de 50g de produits BIO, l'ingrédient BIO n'est précisé dans le libellé du plat.





TOUT SAVOIR SUR  
NOS RECETTES

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
ENTRÉE	Carotte râpée BIO vinaigrette	Salade antillaise (riz BIO)	Salade de blé citron coriandre	Potage de potron ou macédoine mayonnaise	Chou rouge aux raisins
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Cassoulet *	Colin d'Alaska sauce crème citron échalote	Omelette	Goulash de bœuf	Croq végétarien
PRODUIT LAITIER	Plat complet	Haricots beurre braisés	Purée de brocolis	Semoule	Farfalles BIO à la milanaise
DESSERT	Gouda	Fraidou	Yaourt aromatisé	Brie	Vache qui rit
	Flan nappé caramel	Kiwi	Orange	Pomme	Flan vanille

P.A. n°2

\* contient du porc

Salade fantaisie : céleri râpé, raisins de corinthe, pommes cubes / Salade antillaise: riz, poivron, ananas / Salade pâtes tricolores: pâtes, poivron, olive

Les labels de qualité (sauf BIO) concernent l'ingrédient majoritaire de la recette.

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
ENTRÉE	Crêpe au fromage	Potage de légume ou Salade fantaisie	Salade de pâtes tricolores	Betterave nature	Pommes de terre échalote
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Poulet rôti	Parmentier de lentilles	Sauté de porc au caramel *	Tortis	Beignets de poisson
PRODUIT LAITIER	Poêlée de légumes	à la provençale	Carottes braisées	à la bolognaise	Epinards à la crème
DESSERT	Emmental	Pont l'Evêque	Yaourt sucré	Fromage frais au sel de Guérande	Camembert
	Pomme	Liégeois chocolat	Banane	Purée pomme cannelle	Poire

P.A. n°3

Le picto BIO indique une recette respectant les critères du règlement CE n°1831/2003. Pour les produits contenant moins de 100% de produits BIO, l'ingrédient BIO sera précédé dans le titre du plat.



Bleu Blanc Cœur



Plat végétarien



Label rouge



Viande/Cœur de France



Pêche responsable



UNE ALIMENTATION SAINES & NATURELLE  
AU PLUS PRÈS DES TERRITOIRES

Les produits peuvent être substitués pour des raisons de saisonnalité et/ou d'approvisionnement



TOUT SAVOIR SUR  
NOS RECETTES

Salade des incas : riz, maïs,  
carotte / Salade colorée :  
carotte, chou rouge, oignon /  
Boulogour à la marocaine:  
boulogour, pois chiches,  
carotte, cumin, coriandre,  
citron

P.-A. n° 4

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
ENTRÉE	Potage de légumes ou salade verte nature	Carotte râpées BIO ciboulette	Betterave nature	Chou blanc vinaigrette	Salade des incas
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Hachis Parmentier	Emincé de dinde sauce crème oignons	Pizza au fromage	Couscous de légumes BIO (aromates non BIO)	Colin d'Alaska sauce bretonne
PRODUIT LAITIER	Plat complet	Petits pois cuisinés	Poêlée de légumes	(Semoule BIO)	Haricots beurre braisés
DESSERT	Yaourt aromatisé	Fondu président	Bûchette mi chèvre	Edam	Tomme blanche
	Pomme	<b>Beignet de Mardi gras</b>	Crème dessert caramel	Purée pomme poire vanille	Orange

\* contient du porc

Semaine n°11 : du 10 au 14 Mars 2025

Les labels de qualité (sauf BIO) concernent l'ingrédient majoritaire de la recette.

BIO

Le picto BIO indique une recette respectant les exigences du règlement CE n°853/2004. Pour les recettes contenant moins de 100% des produits BIO, l'ingrédient BIO sera précisé dans le libellé du plat.

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
ENTRÉE	Céleri rémoulade au cumin	Macédoine mayonnaise	Salade colorée	Salade verte nature	Salade de boulogour à la marocaine
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Sauté de bœuf stroganoff	Blanquette de colin d'Alaska	Pilons de poulet sauce tex mex	Garniture de bolognaise de lentilles (aromates non bio)	Chou-fleur
PRODUIT LAITIER	Carottes braisées	Riz créole	Pommes rissolées	Tortis BIO	à la parisienne*
DESSERT	Fromage frais sucré	Mimolette	Camembert	Saint Morêt	Yaourt sucré
	Muffin chocolat	Banane	Purée de pomme	Mousse au chocolat	Poire

P.-A. n° 5



Bleu Blanc Cœur

Plat végétalien



Label rouge



Viande/Œuf de France



Pêche responsable



UNE ALIMENTATION SAINE & NATURELLE  
AU PLUS PRÈS DES TERRAIRES

Les produits peuvent être substitués pour des raisons de saisonnalité et/ou d'approvisionnement



0

Semaine n°12 : du 17 au 21 Mars 2025



TOUT SAVOIR SUR NOS RECETTES

Salade tricolore : pâtes, poivron, olives / Salade riz fantasie : riz, tomate, maïs / Salade de crudités à l'indienne: carotte, céleri vinaigrette curry, persil

P.A. n°1

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
ENTRÉE	Betterave nature  ou potage de légumes	Salade de pâtes tricolores	Salade de lentilles échalotes	Salade de petits pois à la menthe	Salade de riz fantasie
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Colombo de volaille	Bouchées de blé panées	Omelette au fromage	Parmentier de bœuf	Colin d'Alaska pané
PRODUIT LAITIER	Semoule	Haricots verts à l'italienne	Duo de carottes	façon cottage pie	Julienne de légumes
DESSERT	Saint Paulin	Brie	Fromage frais aux fruits	Fraidou	Yaourt sucré
	Pomme	Poire	Banane	Pain Irlandais aux pommes	Orange

\* contient du porc

Semaine n°13 : du 24 au 28 Mars 2025

Les labels de qualité (sauf BIO) concernent l'ingrédient majoritaire de la recette.

Le picto BIO indique une recette respectant les exigences du règlement CE n°853/2008, pour les recettes contenant moins de 100% de produits BIO, l'ingrédient BIO est privilégié dans le libellé du plat.

P.A. n°2

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
ENTRÉE	Salade verte nature	Taboulé (semoule BIO)	Potage de légumes ou macédoine BIO	Chou rouge aux raisins	Salade de crudités vinaigrette à l'indienne
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Cordon bleu	Colin d'Alaska sauce crème aneth	Haricots rouges à la mexicaine	Riz	Sauté de bœuf marengo
PRODUIT LAITIER	Macaronis BIO	Carottes braisées	Blé BIO	à la cantonnaise *	Purée de pommes de terre
DESSERT	Tomme blanche	Yaourt aromatisé	Camembert	Fromage frais sucré	Emmental
	Kiwi	Poire	Pomme	Purée pomme figue sèche	Flan nappé caramel

P.A. n°2



UNE ALIMENTATION SAIN & NATURELLE AU PLUS PRÈS DES TERRITOIRES

Les produits peuvent être substitués, pour des raisons de saisonnalité et/ou d'approvisionnement





TOUT SAVOIR SUR  
NOS RECETTES

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI
ENTRÉE	Salade pastourelle	Carotte râpée BIO vinaigrette	Salade pommes de terre à l'ancienne	Chou blanc vinaigrette	Salade de RIZ BIO, radis, tomate
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Poulet rôti	Parmentier	Palette de porc*	Boulettes de bœuf sauce napolitaine	Colin d'Alaska sauce citron
	Haricots verts braisés	de lentilles corail	Poêlée de légumes	Semoule	Epinards béchamel
	Fondu président	Edam	Yaourt sucré	Tomme blanche	Fromage frais au sel de Guérande
DESSERT	Pomme	Liégeois au chocolat	Banane	Cocktail de fruits	Poire

P.A. n°3

Salade pastourelle : pâtes, tomate, poivron /  
Semoule fantaisie :  
Semoule, tomate, maïs

\* contient du porc

Semaine n°15 : du 7 au 11 Avril 2025

Les labels de qualité (sauf BIO) concernent l'ingrédient majoritaire de la recette.

Le picto BIO indique une recette respectant les exigences du règlement CE n°853/2003. Pour les produits contenant moins de 10% de produits BIO, l'ingrédient BIO sera priorisé dans le libellé du plat.

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI
ENTRÉE	Betterave BIO ciboulette nature	Céleri BIO rémoulade	Semoule fantaisie	Concombre nature	Saucisson à l'ail *
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Lasagnes à la bolognaise	Saucisse de Toulouse*	Emincé de dinde au jus	Dahl de pois chiches	Poisson pané et citron
	Plat complet	Purée de pommes de terre	Petits pois cuisinés	Riz créole	Carottes crème curcuma
PRODUIT LAITIER	Edam	Brie	Yaourt sucré	Saint Nectaire	Petit moulu nature
DESSERT	Orange	Flan vanille	Pomme	Tarte aux poires	Kiwi

P.A. n°4



Bleu Blanc Cœur



Plat végétalien



Label rouge



Viande/Cœur de France



pêche responsable



UNE ALIMENTATION SAINES & NATURELLE  
AU PLUS PRÈS DES TERRITOIRES

Les produits peuvent être substitués pour des raisons de saisonnalité et/ou d'approvisionnement



TOUT SAVOIR SUR  
NOS RECETTES

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
 ENTRÉE	Salade verte aux croustons nature	Macédoine de légumes mayonnaise	Chou rouge vinaigrette	Coquillettes BIO des incas	Carotte râpée BIO ciboulette
 PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Courgettes aux bœuf 	Marmite de poisson 	Jambalaya de poulet 	Croq blé épinards fromage 	Rôti de porc sauce tomate poivron *
 PRODUIT LAITIER	***	Semoule 	Riz créole 	Haricots beurres braisés	Lentilles cuisinées
 DESSERT	Yaourt nature sucré 	Fraidou	Fromage blanc sucré	Gouda	Camembert
	Gaufre	Pomme	Cocktail de fruits	Banane 	Purée pomme cannelle

Coquillettes des incas:  
pâtes, carotte, maïs,  
ciboulette / Salade  
arlequin: p.de terre, maïs,  
petits pois

P.A. n°5



Lundi de Pâques

Semaine n°17 : du 21 au 25 Avril 2025

Repos de Pâques

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
 ENTRÉE		Betterave nature 	Tarte au fromage	Raita de radis	Salade arlequin
 PLAT & ACCOMPAGNEMENT		Bolognaise de lentilles BIO (aromates non bio) 	Poulet rôti 	Sauté de bœuf printanier	Colin d'Alaska meunière
 PRODUIT LAITIER		Tortis 	Petits pois au jus	Purée de carotte au cumin	Mitonnée de légumes 
 DESSERT		Emmental	Yaourt aromatisé	Brie	Saint Morêt 
		Crème dessert caramel	Pomme	Dessert de Pâques	Poire

P.A. n°1



Bleu Blanc Cœur



Plat végétarien



Label rouge



Viande/Cœur de France



Pêche responsable



UNE ALIMENTATION SAINE & NATURELLE  
AU PLUS PRÈS DES TERRITOIRES

Le picto BIO indique une recette respectant les exigences du règlement CE n°853/2008. Pour les recettes contenant moins de 100% de produits BIO, l'ingrédient BIO sera précisée dans le libellé du plat.

\* contient du porc

Les labels de qualité (sauf BIO) concernent l'ingrédient majoritaire de la recette.

Les produits peuvent être substitués pour des raisons de saisonnalité et/ou d'approvisionnement













Semaine n°18 : du 28 Avril au 2 Mai 2025



TOUT SAVOIR SUR NOS RECETTES

1er Mai

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
 ENTRÉE	Salade bicolore (Carotte BIO)	Concombre ciboulette nature	Salade de blé fantaisie 		Chou-fleur vinaigrette
 PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Colombo de porc *	Tajine de légumes, pois chiches, abricots secs (abricots secs et aromates non bio)	Curry de poisson au lait de coco 		Raviolis de bœuf
 PRODUIT LAITIER	Riz créole 	Semoule 	Haricots verts braisés		Plat complet
 DESSERT	Edam	Petit moulé nature	Fromage frais sucré		Yaourt sucré 
	Pomme	Flan vanille	Banane 		Kiwi

Salade bicolore: carotte, radis / Salade de blé fantaisie : tomate, blé, maïs

\* contient du porc