



MENUS POUR LA PERIODE DU :

5 janvier au 1 mars 2026

1	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
SEM 2	Taboulé d'hiver	Salade verte	Carottes râpées à l'orange bio	Saucisson à l'ail maison	
DU	Curry de chou-fleur aux pois chiches et lait de coco	Spaghetti bio semi-complète bolognaise	Dahl de lentilles bio	Rôti de veau au jus	Brandade de poisson maison au lait bio de la pannetière
05/01/26		emmental râpé	Riz bio façon pilaf	Haricots verts sautés au beurre d'ail	Salade verte
AU	kiri		Fromage du terroir bio	Saint Nectaire AOP	
11/01/26	Fruit de saison bio	Yaourt sucré bio ferme de la pannetiere	Cube de poire	Fruit de saison bio	Petit Suisse
				Menu alternatif : pâté de volaille	
Goûter:	Brioche, confiture	Pain, beurre, fruit bio	Baguette, beurre, fruit bio	Pain, chocolat	Pain, beurre, fruit bio
SEM 3	Betteraves bio vinaigrette	Salade de riz bio, maïs, tomates confites, œufs durs	Salade verte	Salade coleslaw bio	Céleri rémoulade bio
DU	Sauté de bœuf bio à l'estragon	Tajine de légumes	Aiguillette de poulet sauce au vinaigre de framboise	Poisson frais du marché sauce choron	Crumble de légumes d'hiver (amandes, parmesan, lentilles corail)
12/01/26	Haricots blancs bio	Semoule de couscous semi-complète bio	Coquillettes semi-compète bio à l'huile d'olive	Purée de potimarron bio Chapelaine	Salade verte
AU	Emmental	Cantal	Babybel bio		Verre de lait bio
18/01/26	Fruits saison bio	Fruits saison bio	Compote de pomme bio des côteaux Nantais	Polenta bio au chocolat et lait de la Pannetière	Galette des Rois
Goûter:	Biscotte, confiture	Brioche, jus de fruit	Pain, beurre, fruit bio	Pain, beurre, compote bio	Pain, beurre, fruit bio
SEM 4	Maquereaux à la moutarde	Potage crécy au lait de la Pannetière	Chou fleur sauce cocktail maison		Salade de blé bio, avocat, maïs, tomates confites
DU	Sauté de porc BBC et label rouge à la charcutière	Gratin de pomme de terre à la tomme Chapelaine	Sauté de veau au tandoori	Omelette bio oignons, pomme de terre douce	Poisson frais du marché sauce Américaine
19/01/26	Petits pois bio à la Française		Haricots beurre sautés au beurre d'ail	Salade verte	Brocolis bio au beurre d'ail
AU	Comté AOP	Gouda	Fromage blanc bio	Vache qui rit bio	Petit Suisse
25/01/26	Fruit de saison bio	Fruits de saison bio	Gâteau de Savoie !	Cube de pêche	Fruit de saison bio
	Menu alternatif : escalope de dinde				
Goûter:	Marbré, lait bio	Biscotte, confiture	Pain, beurre, fruit bio	Pain, beurre, fruit bio	Pain au lait, miel
	Sigle de Qualité supérieure Mode de production fermière en plein air	Certifié Agriculture Biologique	Viande de production fermière en plein air née et élevée en France	Produits riches en Oméga 3 et issus d'une agriculture respectueuse de l'environnement	Légumes BIO issus des producteurs Chapelains
	Appellation d'Origine Protégée	Pêche Durable respectant les stocks de poissons et l'écosystème marin	Volaille de production fermière en plein air née et élevée en France	Plat intégralement préparé à la Cuisine Centrale selon les pratiques de cuisine traditionnelle	Produit de la Ferme de la Pannetière issu de l'agriculture biologique

MENUS TRIMESTRIELS du 5 janvier au 1 mars 2026



MENUS POUR LA PERIODE DU :

5 janvier au 1 mars 2026

4		Lundi		Mardi		Mercredi		Jeudi		Vendredi
SEM 5		Toast d'houmous sur biscotte		Radis, beurre		Pamplemousse		Salade d'endive au gouda, vinaigrette au miel		Salade de haricots blancs bio aux lardons, ciboulette, tomates confites
DU		Oeuf bio à la Napolitaine		Poisson frais du marché sauce beurre blanc		Quiche aux poireaux et chèvre		Sauté de veau aux olives		Jambon grillé
26/01/26				Épinards étuvés		Salade verte		Semoule de couscous bio semi-complète à l'huile d'olive		Purée de potimarron bio au lait de la Pannetière
AU		Kiri		Fromage du terroir bio						Emmental
01/02/26		Fruits saison bio		Éclair au chocolat		Riz au lait bio, lait de la Pannetière		Compote de pomme bio des côtes Nantais		Fruit de saison bio
										Menu alternatif : cuisse de poulet
Goûter:		Quatre quart, jus d'orange		Pain, beurre, fruit bio		Pain, beurre, fruit bio		Baguette tradition, fromage bio		Brioche, pâte à tartiner
SEM 6		Toast de mousse de foie de volaille maison		Salade Australienne, riz, quinoa, féta, avocat, œuf dur		Betteraves bio vinaigrette		Salade de chou Chinois		Salade verte
DU		Poulet rôti label rouge		Crumble de légumes aux amandes		Poisson frais du marché sauce moutarde		Gnocchi maison à la sauce tomate		Rôti de bœuf bio sauce au poivre vert
02/02/26		Pomme noisette				Lentilles bio		Purée de salsifis au lait bio de la Pannetière		Gratin Dauphinois
				Fromage du terroir bio		Bûche du pilat		Verre de lait bio		Camembert bio
08/02/26		Yaourt bio sucré de la Pannetière		Fruits de saison bio		Fruits de saison bio		Moelleux au chocolat et pois chiche		Fruit de saison bio
Goûter:		Pain, beurre, fruit bio		Biscotte, confiture		Baguette, beurre, chocolat		Pain, beurre, fruit bio		Marbré, lait bio
SEM 7		Carottes râpées bio vinaigrette		Salade de pomme de terre au thon		Salade verte, comté AOP, croûton à l'ail		Salade de chou fleur sauce curry et fromage blanc bio		Céleri rémoulade
DU		Tajine de légumes		Boeuf haché tomaté aux côtes de blettes		Blanquette de veau		Spaghetti bio façon carbonara au potimarron, petit pois et lentilles corail		Poisson frais du marché sauce beurre rouge
09/02/26		Semoule de couscous bio semi-complète				Blé bio				Épinards étuvés
AU				Cousteron						Petit Suisse
15/02/26		Polenta bio au lait de la Pannetière		Fruits de saison bio		Ananas au sirop		Fruit de saison bio		Tarte aux pommes
Goûter:		Pain, beurre, fruit bio		Quatre quart, jus de pomme		Pain, beurre, fromage bio		Pain, beurre, chocolat		Pain, beurre, fruit bio

 Sigle de Qualité supérieure Mode de production fermière en plein air	 Certifié Agriculture Biologique	 Viande de production fermière en plein air née et élevée en France	 Produits riches en Oméga 3 et issus d'une agriculture respectueuse de l'environnement	 Légumes BIO issus des producteurs Chapelains
 Appellation d'Origine Protégée	 Pêche Durable respectant les stocks de poissons et l'écosystème marin	 Volaille de production fermière en plein air née et élevée en France	 Plat intégralement préparé à la Cuisine Centrale selon les pratiques de cuisine traditionnelle	 Produit de la Ferme de la Pannetière issu de l'agriculture biologique



MENUS POUR LA PERIODE DU :

5 janvier au 1 mars 2026

7		Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
SEM 8	Sardine à l'huile	Salade de chou Chinois au chèvre, tomates confites et croûton à l'ail	Salade de patate douce vinaigrette		Radis, beurre	Salade de pâtes végétarienne
DU	Cuisse de poulet rôti label rouge	Sauté de veau aux olives	Chili sine carné bio	Poisson frais du marché sauce vanille	Gratin de Chou-fleur, œuf dur, tomme Chapelaine	
16/02/26	Pomme noisette	Haricots verts sautés au beurre d'ail	Riz pilaf bio	Boulgour bio		
AU	Salade verte		Saint Nectaire AOP			Brie bio
22/02/26	Yaourt bio à la l'abricot ferme coteaux de la Divatte (44)	Semoule au lait bio de la Pannetière	Cube de pêche au sirop	Fromage blanc bio ferme des coteaux de la Divatte		Fruit de saison bio
Goûter:	Pain, beurre, fruit bio	biscotte, miel, yaourt bio	Pain, beurre, fruit bio	Pain, beurre, compote bio		Marbré, lait bio
SEM 9	Macédoine mayonnaise	Carottes râpées bio vinaigrette	Rillettes de maquereaux sur biscotte	Salade d'endive au gouda, vinaigrette		Salade verte
DU	Omelette bio oignons, pomme de terre, ciboulette	Poisson frais du marché au gratin	Jambon grillé	Dahl de lentilles bio		Rôti de bœuf bio
23/02/26		Epinards à la crème	Coquillettes semi-compète bio à l'huile d'olive	Riz bio façon pilaf		Purée de chou-fleur au lait bio de la Pannetière
AU	Bûche du pilat	Fromage du terroir bio	Comté AOP			
01/03/26	Fruit de saison bio	Eclair vanille	Fruits de saison bio	Compote de pomme bio des côtes Nantais		Riz au lait bio lait de la Pannetière
Goûter:	Brioche, confiture	Pain, beurre, fruit bio	Menu alternatif : escalope de dinde	Pain au lait, chocolat	Pain, fromage bio	Pain, beurre, fruit bio
SEM 10						
DU						
02/03/26						
AU						
08/03/26						
Goûter:						

Sigle de Qualité supérieure Mode de production fermière en plein air	Certifié Agriculture Biologique	Viande de production fermière en plein air née et élevée en France	Produits riches en Omega 3 et issus d'une agriculture respectueuse de l'environnement	Légumes BIO issus des producteurs Chapelains
Appellation d'Origine Protégée	Pêche Durable respectant les stocks de poissons et l'écosystème marin	Volaille de production fermière en plein air née et élevée en France	Plat intégralement préparé à la Cuisine Centrale selon les pratiques de cuisine traditionnelle	Produit de la Ferme de la Pannetière issu de l'agriculture biologique