

**RS ST Mars de Coutais**  
**Du 03/11/2025 au 07/11/2025**

Déjeuner école st mars de coutais



**Lundi**

**Betteraves BIO** - Vinaigrette  
 Émincé de porc à l'Orientale  
**Tortis BIO**   
**Fruit de saison BIO**

**Mardi**

**Carottes râpées BIO** - Vinaigrette  
 Boulettes de blé façon thai - Sauce curry  
 Riz à la tomate  
 Rocher coco du chef

**Mercredi**

Friand au fromage  
 Nuggets à la volaille  
 Ile flottante

**Jeudi**

**Coleslaw BIO**   
 Haut de cuisse de poulet rôti aux herbes - Jus lié viande  
**Choux fleurs BIO** gratinés  
 Riz au lait

**Vendredi**

Potage aux **légumes BIO**   
 Parmentier de **colin MSC**   
**Salade verte BIO** - Vinaigrette  
 Fruit de saison



**RS ST Mars de Coutais**  
**Du 10/11/2025 au 14/11/2025**

Déjeuner école st mars de coutais



Lundi

Chiffonnade de salade verte et croûtons - Effiloché d'endives - Vinaigrette  
 Encornets à l'espagnole  
 Riz créole  
 Fruit de saison

Mardi

Mercredi

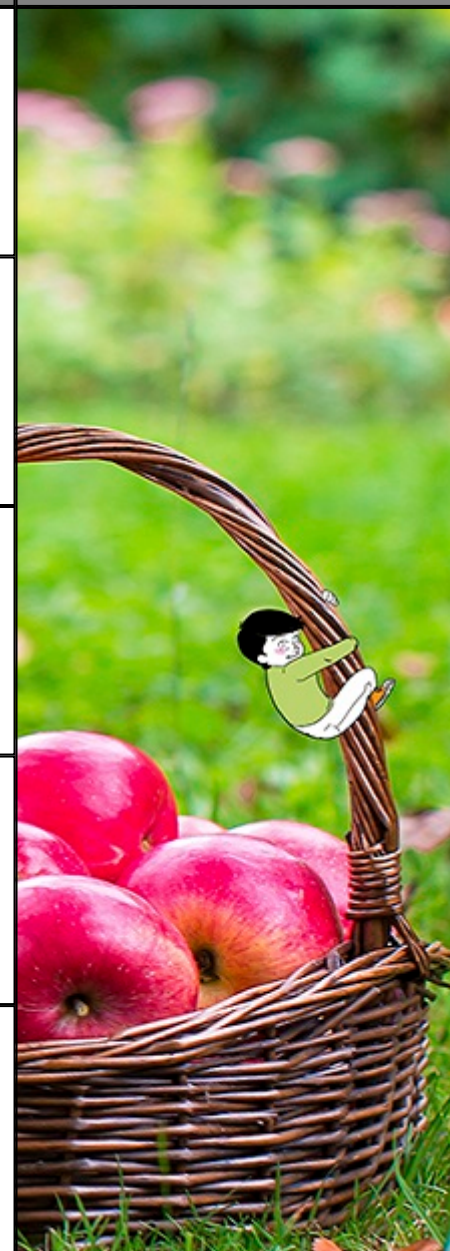
**Betteraves BIO** - Vinaigrette  
 Pizza tomate fromage  
**Brocolis BIO** poêlés  
 Panna cotta du Chef au coulis de fraises

Jeudi

Velouté de potiron au curry  
 Parmentier de lentilles à la tomate  
 Salade verte - Vinaigrette  
 Fruit de saison

Vendredi

Salade de **riz BIO**, maïs et ciboulette  
 Rôti de porc - Jus lié thym et citron  
 Carottes braisées  
 Gâteau au yaourt et aux smarties





**RS ST Mars de Coutais**  
**Du 17/11/2025 au 21/11/2025**

Déjeuner école st mars de coutais



**Lundi**

Crêpe au fromage  
 Sauté de **dinde LOCALE** - Jus lié viande  
 Purée de potiron   
 Fruit de saison

**Mardi**

Salade chinoise  
 Riz cantonais végétarien  
 Riz pilaf  
 Tarte au flan à la coco

**Mercredi**

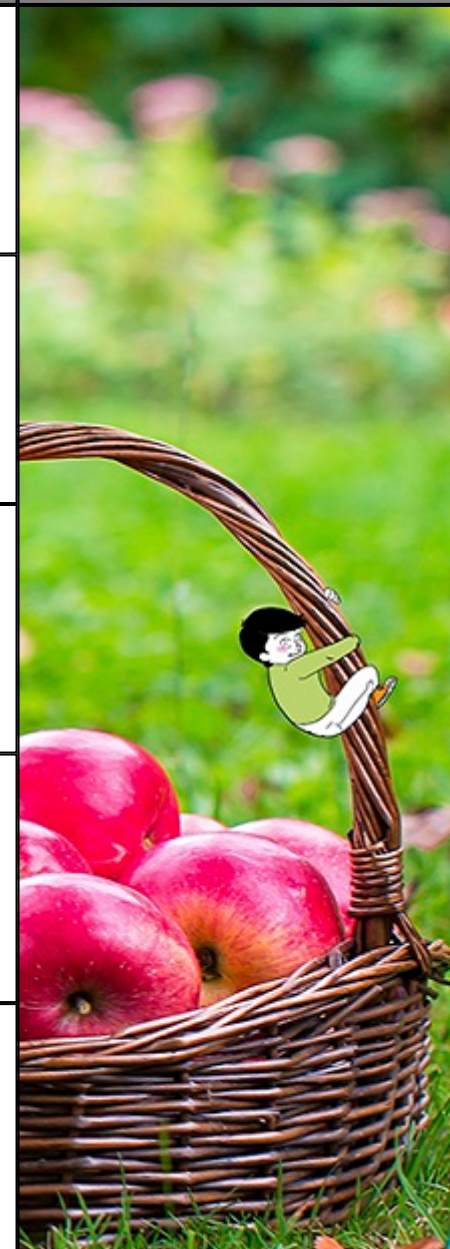
Salade fromagère - Vinaigrette  
 Escalope de porc - Sauce charcutière  
**Pennes BIO**   
 Éclair à la vanille

**Jeudi**

Pâté de campagne - Cornichons  
 Sauté de **boeuf LOCAL** à la moutarde  
 Haricots verts braisés  
 Crème dessert du chef à la vanille

**Vendredi**

Potage aux poireaux et pommes de terre  
**Colin MSC** meunière   
 Pommes de terre rôties au thym  
 Fruit de saison



**RS ST Mars de Coutais**  
**Du 24/11/2025 au 28/11/2025**

Déjeuner école st mars de coutais



Lundi

**Betteraves BIO** - Vinaigrette  
 Jambon grillé - Sauce ketchup maison  
 Pommes de terre rissolées  
 Fruit de saison

Mardi

Potage de légumes  
**Salade verte BIO** - Vinaigrette - Mimolette  
 Koulibiac de **carottes BIO**, riz et œufs durs - Sauce blanche  
 Tortellini ricotta et épinards, sauce à l'Emmental  
 Salade verte - Vinaigrette  
**Yaourt aromatisé LOCAL**

Mercredi

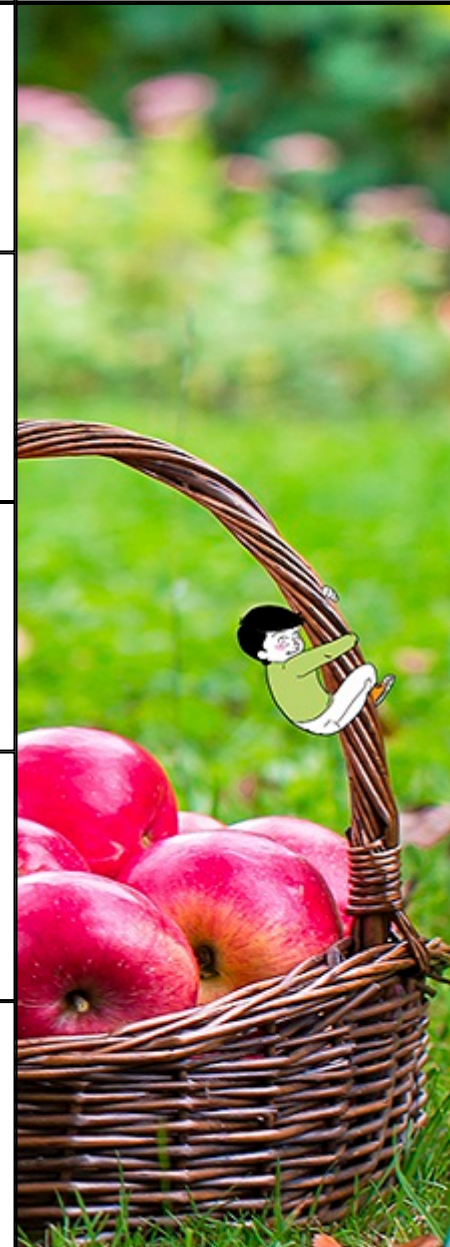
Chou blanc râpé et lardons - Vinaigrette  
 Parmentier de **colin MSC**   
 Potimarron rôti  
 Pêches au sirop

Jeudi

Chiffonnade de batavia au maïs - Vinaigrette  
 Bolognaise  
**Tortis BIO**   
 Compote du chef aux **pommes LOCALES**

Vendredi

Toast gratiné à l'Emmental  
 Filet de **poisson MSC** - Sauce au paprika acidulé  
 Petits pois aux oignons  
 Cookie à la noisette





**RS ST Mars de Coutais**  
**Du 01/12/2025 au 05/12/2025**

Déjeuner école st mars de coutais



Lundi

**Carottes BIO** et chou blanc râpés aux raisins secs - Vinaigrette  
 Saucisse au blé et pois à la provençale - Riz  
 Riz créole  
**Fruit de saison BIO**

Mardi

Bouillon de légumes aux vermicelles  
 Bourguignon de **boeuf BIO**   
 Purée de butternut et **carotte BIO**  
 Crème dessert du chef au praliné

Mercredi

Friand au fromage  
**Omelette BIO**   
 Petits pois au jus  
**Fruit de saison BIO**

Jeudi

Salade de **pâtes BIO**, maïs et ciboulette   
 Sauté de **dinde BBC** - Jus lié thym et citron  
 Haricots verts  
 Banane à la crème anglaise nappée au caramel

Vendredi

Velouté de potiron  
 Gratin de pommes de terre façon tartiflette   
 Salade verte - Vinaigrette



**RS ST Mars de Coutais**  
**Du 15/12/2025 au 19/12/2025**

Déjeuner école st mars de coutais



**Lundi**

Potage de légumes  
 Sauce aux petits pois et mozzarella  
**Pennes BIO**   
 Fruit de saison

**Mardi**

Émincé de chou chinois - Vinaigrette thaï - Croûtons  
 Sauté de porc à la moutarde  
 Fondue de poireaux  
 Crème dessert du chef à la vanille

**Mercredi**

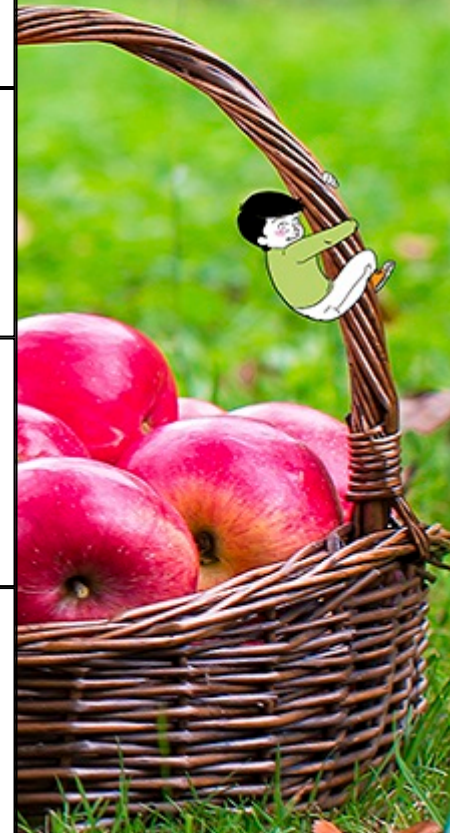
**Carottes BIO** râpées à la vinaigrette   
 Sauté de poulet forestière  
**Pennes BIO**   
**Fromage blanc BIO** à la confiture

**Jeudi**

Verrine de **carotte BIO** façon guacamole, chèvre et son toast - Jus de pomme BIO  
 Escalope de dinde panée au paprika du chef - Sauce cajun  
 Pomme pin  
 Choux-fleurs rôti - Pesto vert  
 Buche du chef Cara'uète  
 Clémentine

**Vendredi**

Taboulé d'Hiver (**semoule HVE**)  
**Filet de colin MSC** au citron   
 Julienne de légumes à l'huile d'olive  
 Fruit de saison





**RS ST Mars de Coutais**  
**Du 08/12/2025 au 12/12/2025**

Déjeuner école st mars de coutais



**Lundi**

Salade fromagère - Vinaigrette  
 Émincé de porc - Sauce aux oignons rouges  
**Mogettes de Vendée** 🌱🌱  
 Poires au sirop

**Mardi**

**Carottes BIO** râpées à la vinaigrette <sup>Bio</sup>  
 Sauté de **poulet LOCAL** - Sauce au paprika  
 Gratin de choux fleurs  
 Fruit de saison

**Mercredi**

Salade de perles de pâtes au **surimi MSC** <sup>🐟</sup> - Vinaigrette  
 Escalope de dinde - Jus lié thym et citron  
 Carottes au cumin  
**Fruit de saison BIO**

**Jeudi**

Saucisson à l'ail  
 Émincé de pois et blé - Sauce orientale  
**Semoule BIO** <sup>Bio</sup>  
 Tarte aux **pommes LOCALES** 🌱

**Vendredi**

Macédoine mayonnaise  
 Chili con carne (**boeuf BIO**)  
 Riz créole  
**Fruit de saison BIO**

