

RS ST Mars de Coutais
Du 05/01/2026 au 09/01/2026

Déjeuner école st mars de coutais



Lundi

Betteraves BIO - Vinaigrette
 Sauce pasta espagnole (chorizo doux)
Pâtes BIO
 Fruit de saison

Mardi

Velouté aux carottes
 Émincé de dinde aux pois chiches à la napolitaine
Carottes BIO braisées
 Galette des rois à la frangipane

Mercredi

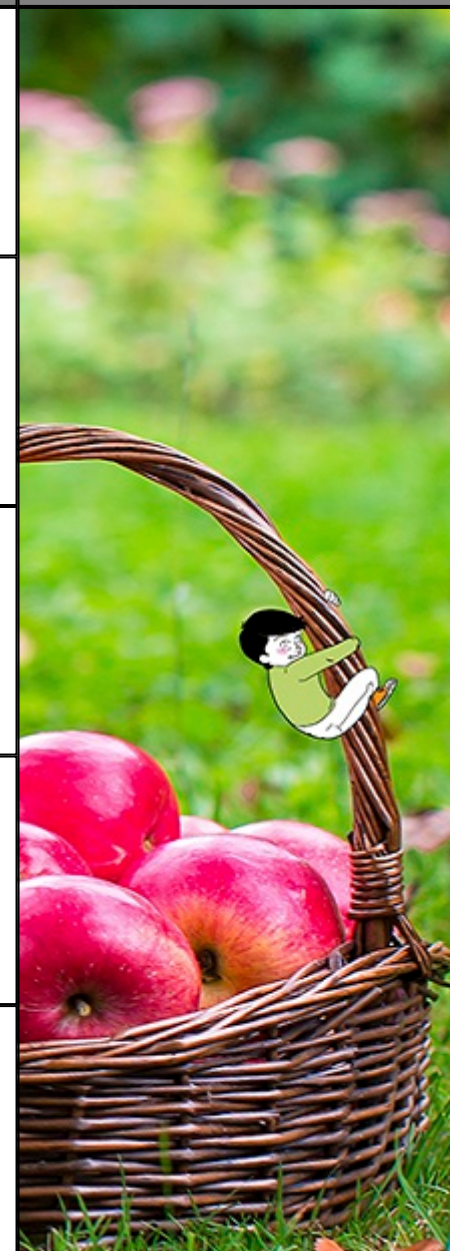
Endives aux pommes - Vinaigrette
 Falafels du chef sauce blanche
 Haricots verts à l'ail
 Poire au chocolat

Jeudi

Carottes râpées BIO - Vinaigrette
 Chili sin carne (**pois BIO**)
 Riz créole
 Crème vanille du chef et Oréo

Vendredi

Salade de lentilles aux échalotes
 Sauté de porc à la moutarde
 Écrasé de **courge BIO**
 Fruit de saison



RS ST Mars de Coutais
Du 12/01/2026 au 16/01/2026

Déjeuner école st mars de coutais



Lundi

Chou blanc BIO - Vinaigrette thaï
 Escalope de dinde - Sauce poulet tandoori
 Riz pilaf
Fromage blanc LOCAL - Copeaux de chocolat

Mardi

Lentilles corail compotée à l'oignon, noix et son toast
 Boulettes de blé façon thaï - Sauce au paprika
Petits pois BIO au jus
Banane BIO

Mercredi

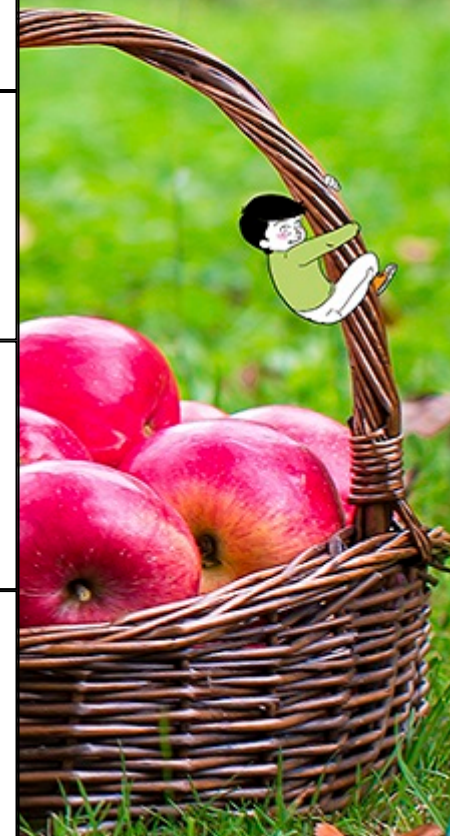
Saucisson à l'ail
Colin MSC meunière - Quartier de citron
 Potimarron rôti
Fruit de saison BIO

Jeudi

Velouté de potiron
 Sauté de poulet au curry
 Gratin de choux fleurs
 Roulé à la confiture de fraises

Vendredi

Endives aux pommes - Vinaigrette
 Rôti de porc - Jus lié
 Pommes de terre rôties au thym
 Fruit de saison



RS ST Mars de Coutais
Du 19/01/2026 au 23/01/2026

Déjeuner école st mars de coutais



Lundi

Friand au fromage
 Émincé de dinde - Jus lié thym et citron
 Purée de panais et pommes de terre
Fruit de saison BIO

Mardi

Céleri rave en rémoulade au curry
Pennes BIO sauce aux fromages (**Emmental BIO**) **BIO**
Pennes BIO **BIO**
 Compote de **pommes BIO** du chef **BIO**

Mercredi

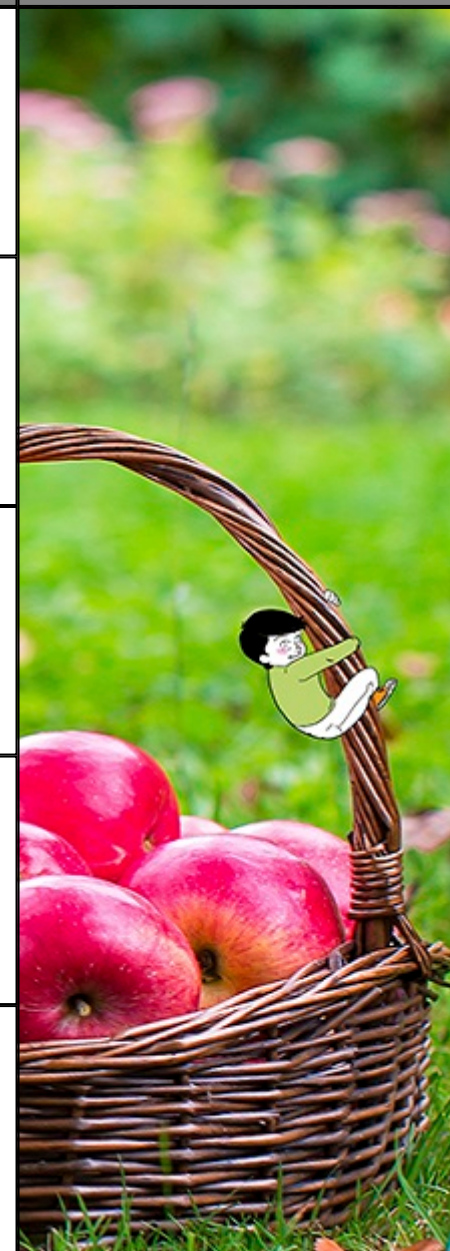
Betteraves BIO **BIO** - Vinaigrette
 Jambon grillé
Lentilles vertes BIO **BIO**
Fruit de saison BIO

Jeudi

Coleslaw purple
 Quiche sans pâte pommes de terre et chèvre
Petits pois BIO au jus **BIO**
 Cookie du chef

Vendredi

Potage aux **légumes BIO** **BIO**
 Calamars à la romaine
 Riz tomate
 Fruit de saison



RS ST Mars de Coutais
Du 26/01/2026 au 30/01/2026

Déjeuner école st mars de coutais



Lundi

Macédoine mayonnaise
 Dahl de lentilles corail au lait de coco
 Riz créole
 Fromage blanc nature - Pop corn sucrés

Mardi

Potage aux poireaux et pommes de terre
 Gratin de pommes de terre façon tartiflette
 Salade verte - Vinaigrette
 Fruit de saison

Mercredi

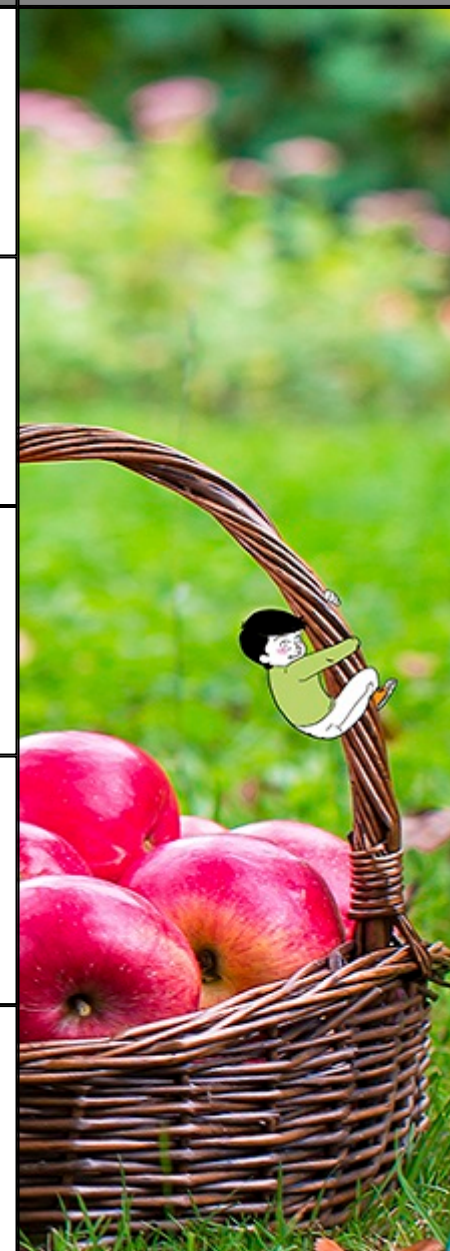
Salade de riz, maïs et ciboulette - Vinaigrette
 Dos de **colin MSC** - Sauce beurre blanc
 Épinard à la béchamel
 Compote de **pommes et bananes BIO**

Jeudi

Choux-fleurs - Vinaigrette crémée
 Sauté de **poulet LOCAL**
 Pommes de terre rôties au thym
 Far breton

Vendredi

Carottes BIO râpées à la vinaigrette
 Lasagne bolognaise du chef au **boeuf BIO**
 Salade verte - Vinaigrette
 Fruit de saison



RS ST Mars de Coutais
Du 02/02/2026 au 06/02/2026

Déjeuner école st mars de coutais



Lundi

Coleslaw BIO
 Jambon grillé - Jus lié
 Panais rôtis
 Crêpe à la confiture de fraise du chef

Mardi

Salade de **riz BIO**, maïs et ciboulette - Vinaigrette
 Sauté de poulet Tikka Masala
 Carottes aux oignons jaunes
 Fruit de saison

Mercredi

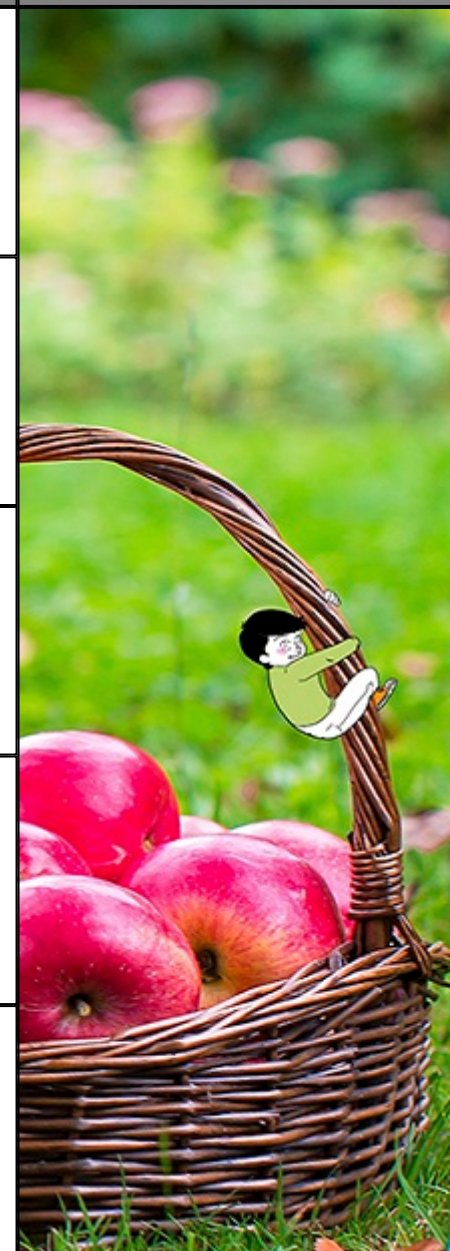
Taboulé d'Hiver (**semoule HVE**)
 Escalope de dinde - sauce Dijonnaise
Boulgour BIO
 Fruit de saison

Jeudi

Céleri rave râpé - à la Dijonnaise
 Bolognaise de **pois BIO**
Pâtes BIO
 Crème dessert du chef à la vanille

Vendredi

Velouté de butternut
 Sauté de porc - Sauce échalotes au vinaigre
 Riz pilaf
 Fruit de saison



RS ST Mars de Coutais
Du 09/02/2026 au 13/02/2026

Déjeuner école st mars de coutais



Lundi

Carottes râpées BIO - Vinaigrette
 Emincé de porc à la vietnamienne
 Haricots verts sautés
 Fruit de saison

Mardi

Betteraves BIO - Vinaigrette
 Parmentier de lentilles à la tomate
Salade verte BIO - Vinaigrette
 Tarte aux pommes du chef

Mercredi

Saucisson à l'ail - Cornichons
 Falafels du chef sauce blanche
 Riz pilaf
Fruit de saison BIO

Jeudi

Salade fromagère - Vinaigrette
 Émincé de dinde - Sauce forestière
 Choux-fleurs rôtis au paprika
 Fruit de saison

Vendredi

Potage aux **légumes BIO**
 Filet de **poisson MSC** - Sauce citron
Semoule BIO
 Compote du chef aux **pommes LOCALES**

