

RS ST Mars de Coutais
Du 31/08/2026 au 04/09/2026

Déjeuner école st mars de coutais



Lundi

Mardi

Melon
 Bolognaise
Pâtes BIO
 Cône glacé

Mercredi

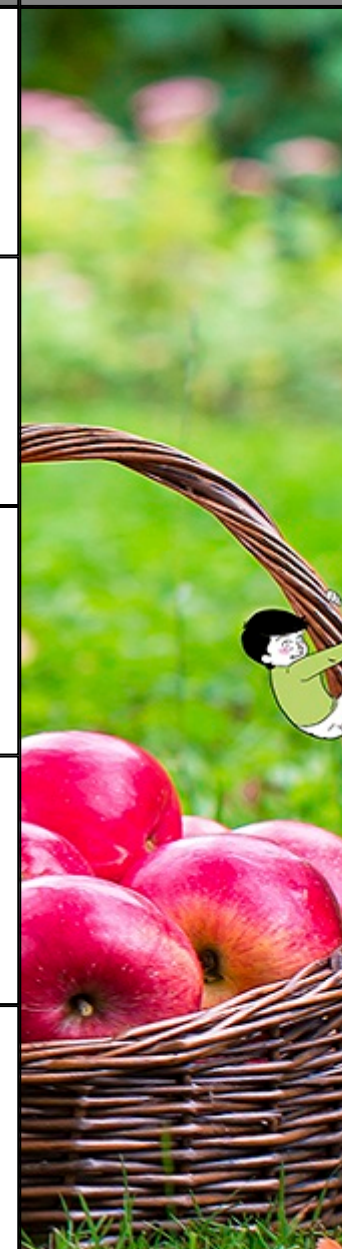
Coleslaw (carotte BIO et chou blanc BIO)
 Haut de cuisse de poulet rôti aux herbes
Courgettes BIO braisées
Banane BIO

Jeudi

Pastèque
 Chili sin carne (**pois BIO**)
 Riz créole
 Tarte aux abricots

Vendredi

Concombres - Vinaigrette
Colin MSC meunière - Sauce mayonnaise
 Frites
Fruit de saison BIO



RS ST Mars de Coutais
Du 07/09/2026 au 11/09/2026

Déjeuner école st mars de coutais



Lundi

Crêpe au fromage
 Poulet tandoori
 Gratin de courgettes
Fruit de saison BIO

Mardi

Mousse de foie - Cornichons
 Rôti de porc - Jus lié
 Ratatouille
 Cake aux **pommes LOCALES** caramélisées 🍷

Mercredi

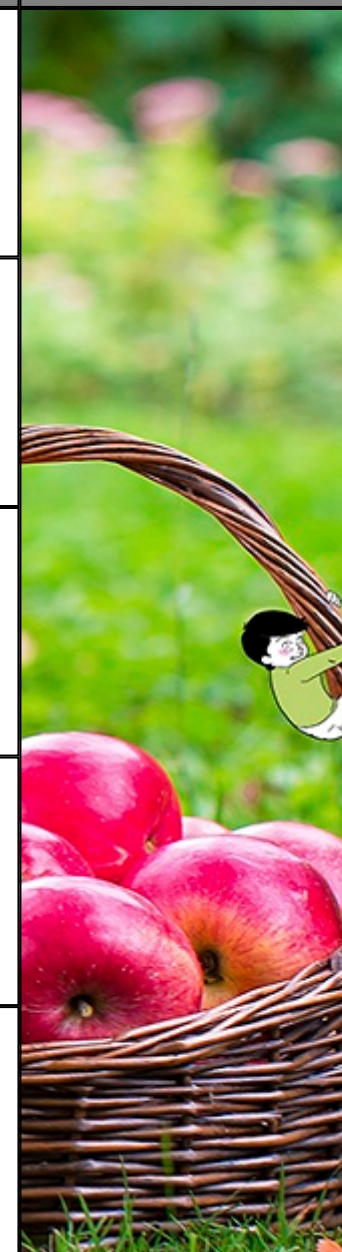
Salade verte et croûtons - Vinaigrette
 Tortilla aux oignons
 Blé à la tomate
Fruit de saison BIO

Jeudi

Œuf dur BIO mayonnaise
 Sauce aux petits pois et mozzarella
Pâtes BIO
 Crème dessert au chocolat

Vendredi

Pastèque
 Colombo de **colin MSC**
 Riz créole
 Fromage blanc à la confiture de fraises



RS ST Mars de Coutais
Du 14/09/2026 au 18/09/2026

Déjeuner école st mars de coutais



Lundi

Saucisson à l'ail
 Risotto de **boulgour BIO** carottes champignons **BIO**
 Salade verte - Vinaigrette
Fruit de saison BIO

Mardi

Concombres BIO **BIO** - Sauce au fromage blanc
 Sauté de **bœuf BIO** au paprika **BIO**
 Haricots beurre à l'ail
 Pain perdu façon pudding

Mercredi

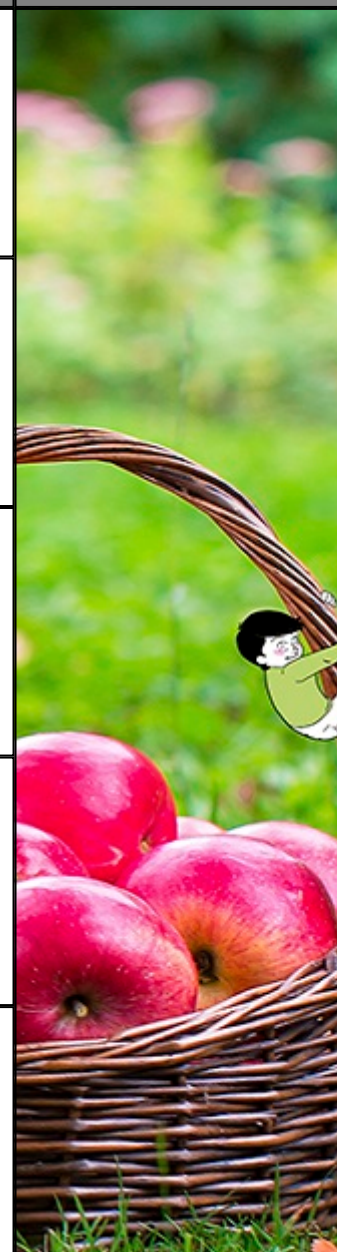
Radis émincés à la crème de menthe
 Escalope de dinde - Sauce aux herbes
Boulgour BIO **BIO**
 Compote de fruits de saison

Jeudi

Tomates BIO **BIO** - Vinaigrette
 Omelette au cheddar
 Pommes de terre rissolées
Fruit de saison BIO

Vendredi

Taboulé à la **semoule BIO** **BIO**
 Filet de **poisson MSC** - Sauce à l'échalote
Courgettes BIO braisées **BIO**
 Crème dessert à la vanille



RS ST Mars de Coutais
Du 21/09/2026 au 25/09/2026

Déjeuner école st mars de coutais



Lundi

Betteraves BIO - Vinaigrette
 Bolognaise végétale aux lentilles
Pâtes BIO
 Fruit de saison

Mardi

Pastèque
 Sauté de porc à la moutarde
Petits pois BIO au jus
 Mousse au chocolat straciatella

Mercredi

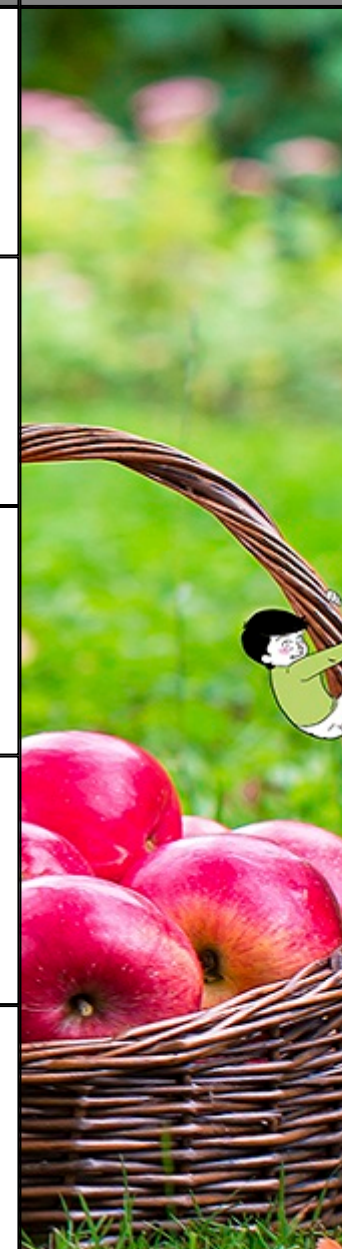
Wrap de tzatziki de concombre et **carottes BIO**
 Tortillini au boeuf et sauce tomate
Fruit de saison BIO

Jeudi

Tortilla à la ciboulette
 Paëlla au poulet
 Riz
 Gâteau aux amandes

Vendredi

Salade Toscane
 Filet de **poisson MSC** - Sauce crème
 Butternut rôtie
Banane BIO



RS ST Mars de Coutais
Du 28/09/2026 au 02/10/2026

Déjeuner école st mars de coutais



Lundi

Concombres sauce bulgare
 Boulettes au **bœuf BIO** - Sauce napolitaine
Pommes de terre BIO vapeur
Fruit de saison BIO

Mardi

Taboulé à la **semoule BIO**
 Émincé de dinde - Sauce aux oignons rouges
 Butternut rôtie
 Crème dessert au chocolat

Mercredi

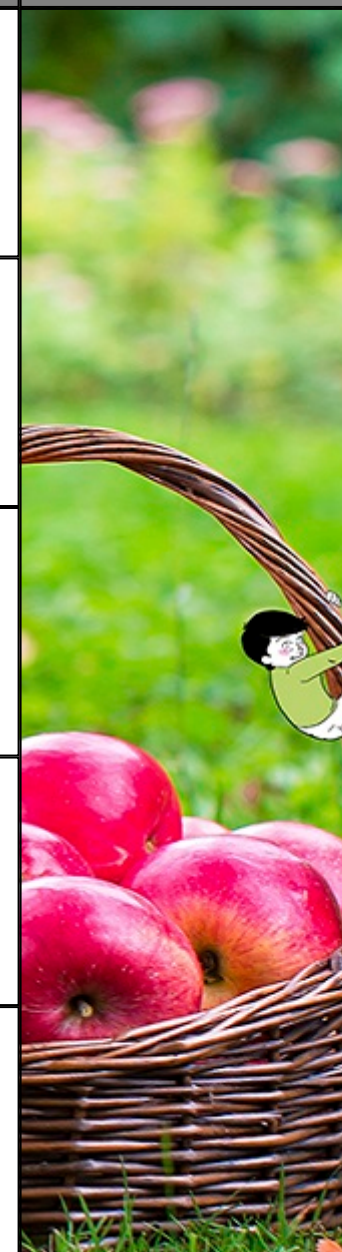
Mousse de foie - Cornichons
 Filet de **poisson MSC** - Sauce gingembre citron
 Boulgour crémeux
Fruit de saison BIO

Jeudi

Tomates - Vinaigrette
 Pastasotto de courgettes au fromage ail et fines herbes
 Brocolis
 Panna cotta au coulis de fraises

Vendredi

Salade de **pommes de terre BIO** au thon
 Calamars à la romaine - Sauce tartare
Haricots verts BIO
 Kaki



RS ST Mars de Coutais
Du 05/10/2026 au 09/10/2026

Déjeuner école st mars de coutais



Lundi

Carottes râpées - Vinaigrette
 Jambon grillé - Jus lié
Farfalle BIO
Fruit de saison BIO

Mardi

Mousse de céleri - Croûtons
 Nuggets végétariens - Mayonnaise au curry
 Pommes de terre sautées
 Fromage blanc à la confiture de fraises

Mercredi

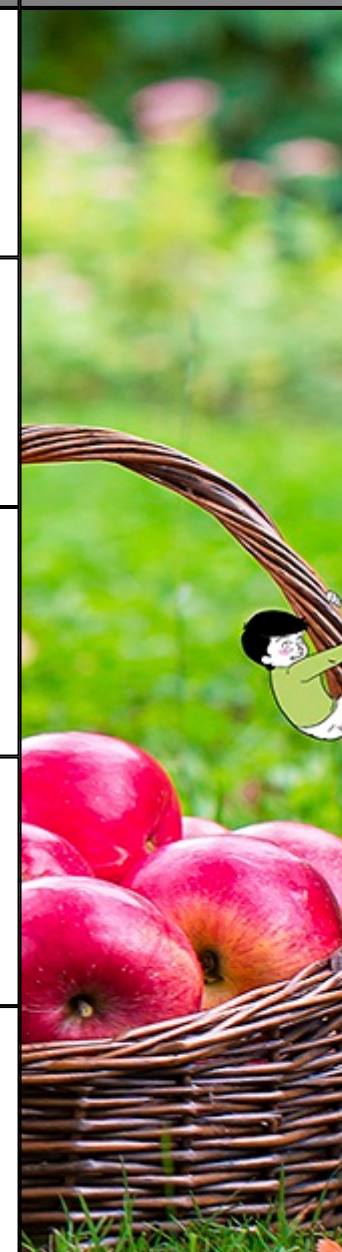
Concombres BIO - Vinaigrette
 Haut de cuisse de poulet rôti aux herbes - Jus lié
 Petits pois aux oignons
Fruit de saison BIO

Jeudi

Tomates - Vinaigrette aux échalotes
 Sauté de **poulet LOCAL** - Sauce au paprika
Choux fleurs BIO gratinés - Pommes de terre vapeur
 Tarte aux **pommes LOCALES**

Vendredi

Concombres BIO - Sauce Bulgare
 Filet de **poisson MSC** - Sauce au citron
Blé BIO à la tomate
 Salade de fruits du chef



RS ST Mars de Coutais
Du 12/10/2026 au 16/10/2026

Déjeuner école st mars de coutais



Lundi

Crèmeux de patate douce au lait de coco
 Sauté de porc - Sauce estragon
Petits pois BIO au jus
Banane BIO

Mardi

Friand au fromage
 Jambalaya aux légumes
 Salade verte - Vinaigrette
 Crème dessert à la vanille

Mercredi

Céleri BIO râpé à la mimolette - Vinaigrette
 Tortellini ricotta et épinards, sauce fromagère
Fruit de saison BIO

Jeudi

Velouté de butternut
 Omelette au cheddar
 Spaghettis sanguinolent
 Brownie au chocolat

Vendredi

Bean toast gratiné au fromage
 Aiguillettes de poulet aux cornflakes
Carottes BIO braisées
 Compote de fruits de saison

