






C 4 / S 40

Semaine du 30 septembre au 4 octobre 2024

		LUNDI 30/09/2024	MARDI 01/10/2024	MERCREDI 02/10/2024	JEUDI 03/10/2024	VENDREDI 04/10/2024
Menu végétarien 	Protéine	Chili végétarien aux haricots rouges <i>Vegetarisches Chili mit roten Bohnen</i>	Pâtes sauce tomate aux légumes <i>Nudeln mit Tomatensauce und Gemüse</i>	Tofu au citron <i>Tofu mit Zitrone</i>	Boulette de lentilles <i>Linsen Knödel</i>	Bouchée à la reine végétarienne <i>Vegetarischer Königinnenbiss</i>
	Légume	-	Crudités <i>Rohes Gemüse</i>	Chou romanesco <i>Romanesco-Kohl</i>	Salade verte <i>Grüner Salat</i>	Petits pois <i>Grüne Erbsen</i>
	Féculent	Riz <i>Reis</i>	-	Patate douce rôtie <i>Geröstete Süßkartoffel</i>	Polenta <i>Polenta</i>	Frites <i>Pommes frites</i>
Menu s/viande 	Protéine	Chili végétarien aux haricots rouges <i>Vegetarisches Chili mit roten Bohnen</i>	Pâtes sauce tomate au thon <i>Nudeln mit Tomatensauce und Thunfisch</i>	Tofu au citron <i>Tofu mit Zitrone</i>	Boulette de lentilles <i>Linsen Knödel</i>	Bouchée à la reine végétarienne <i>Vegetarischer Königinnenbiss</i>
	Légume	-	Crudités <i>Rohes Gemüse</i>	Chou romanesco <i>Romanesco-Kohl</i>	Salade verte <i>Grüner Salat</i>	Petits pois <i>Grüne Erbsen</i>
	Féculent	Riz <i>Reis</i>	-	Patate douce rôtie <i>Geröstete Süßkartoffel</i>	Polenta <i>Polenta</i>	Frites <i>Pommes frites</i>

C 4 / S 41

Semaine du 7 octobre au 11 octobre 2024

		LUNDI 07/10/2024 	MARDI 08/10/2024	MERCREDI 09/10/2024 	JEUDI 10/10/2024	VENDREDI 11/10/2024
Menu végétarien 	Protéine	Risotto aux champignons <i>Pilz-Risotto</i>	Frittata au butternut et parmesan <i>Butternuss-Parmesan-Frittata</i>		Halloumi grillé <i>Gegrilltes Halloumi</i>	Gnocchi sauce napolitaine et fromage râpé <i>Gnocchi mit neapolitanischer Sauce und geriebenem Käse</i>
	Légume	-	Brocolis <i>Brokkoli</i>		Julienne de légumes <i>Julienne vom Gemüse</i>	Salade verte <i>Grüner Salat</i>
	Féculent	-	Pâtes <i>Nudeln</i>		Grains de blé <i>Weizenkörner</i>	-
Menu s/viande 	Protéine	Risotto aux champignons <i>Pilz-Risotto</i>	Frittata au butternut et parmesan <i>Butternuss-Parmesan-Frittata</i>		Poisson blanc grillé et sa sauce <i>Gegrillter weißer Fisch und Soße</i>	Gnocchi sauce napolitaine et fromage râpé <i>Gnocchi mit neapolitanischer Sauce und geriebenem Käse</i>
	Légume	-	Brocolis <i>Brokkoli</i>		Julienne de légumes <i>Julienne vom Gemüse</i>	Salade verte <i>Grüner Salat</i>
	Féculent	-	Pâtes <i>Nudeln</i>		Grains de blé <i>Weizenkörner</i>	-



C 4 / S 42

Semaine du 14 octobre au 18 octobre 2024

		LUNDI 14/10/2024	MARDI 15/10/2024 Menu Togolais	MERCREDI 16/10/2024	JEUDI 17/10/2024	VENDREDI 18/10/2024
Menu végétarien	Protéine	Bouneschlupp végétarienne <i>Vegetarische Bohnensuppe</i>	Koklo Meme végétarien <i>Koklo Vegetarisches Meme</i>	Dés de seitan à la sauce tomate <i>Gewürfelter Seitan mit Tomatensauce</i>	Spaghetti sauce crémeuse au butternut et fromage râpé <i>Spaghetti mit cremiger Butternussauce und geriebenem Käse</i>	Riz safrané aux haricots rouges et poivrons <i>Safranreis mit roten Bohnen und Paprika</i>
	Légume	(saucisse végétarienne de tofu, haricots verts, oignons) <i>(Vegetarische Tofu-Wurst, grüne Bohnen, Zwiebeln)</i>	Epinards <i>Spinat</i>	Salsifis <i>Schwarzwurzeln</i>	Crudités <i>Rohes Gemüse</i>	- -
	Féculent	Galette de pommes de terre <i>Kartoffelpuffer</i>	Purée de maïs <i>Maispüree</i>	Pommes de terre rôties au four <i>Ofengebratene Kartoffeln</i>	- -	- -
Menu s/viande	Protéine	Bouneschlupp végétarienne <i>Vegetarische Bohnensuppe</i>	Koklo Meme végétarien <i>Koklo Vegetarisches Meme</i>	Dés de seitan à la sauce tomate <i>Gewürfelter Seitan mit Tomatensauce</i>	Spaghetti sauce crémeuse au butternut et fromage râpé <i>Spaghetti mit cremiger Butternussauce und geriebenem Käse</i>	Riz sauté aux scampis <i>Gebratener Reis mit Scampi</i>
	Légume	(saucisse végétarienne de tofu, haricots verts, oignons) <i>(Vegetarische Tofu-Wurst, grüne Bohnen, Zwiebeln)</i>	Epinards <i>Spinat</i>	Salsifis <i>Schwarzwurzeln</i>	Crudités <i>Rohes Gemüse</i>	Poêlée de poivrons <i>Gebratene Paprika</i>
	Féculent	Galette de pommes de terre <i>Kartoffelpuffer</i>	Purée de maïs <i>Maispüree</i>	Pommes de terre rôties au four <i>Ofengebratene Kartoffeln</i>	- -	- -

C 4 / S 43

Semaine du 21 octobre au 25 octobre 2024

		LUNDI 21/10/2024	MARDI 22/10/2024	MERCREDI 23/10/2024	JEUDI 24/10/2024	VENDREDI 25/10/2024
Menu végétarien	Protéine	Dahl de lentilles à la citronnelle <i>Linsen-Dahl mit Zitronengras</i>	Tagliatelles ricotta et brocolis <i>Ricotta-Brokkoli-Tagliatelle</i>	Omelette nature <i>Naturomelett</i>	Tofu, sauce aux agrumes <i>Tofu mit Zitrusauce</i>	
	Légume	Poêlée de légumes asiatiques <i>Gebratenes asiatisches Gemüse</i>	- -	Petits pois <i>Grüne Erbsen</i>	Epinards <i>Spinat</i>	
	Féculent	Riz <i>Reis</i>	- -	Pommes de terre sautées <i>Bratkartoffeln</i>	Grains de blé <i>Weizenkörner</i>	
Menu s/viande	Protéine	Dahl de lentilles à la citronnelle <i>Linsen-Dahl mit Zitronengras</i>	Pavé de saumon <i>Lachssteak</i>	Omelette nature <i>Naturomelett</i>	Tofu, sauce aux agrumes <i>Tofu mit Zitrusauce</i>	
	Légume	Poêlée de légumes asiatiques <i>Gebratenes asiatisches Gemüse</i>	Brocolis <i>Brokkoli</i>	Petits pois <i>Grüne Erbsen</i>	Epinards <i>Spinat</i>	
	Féculent	Riz <i>Reis</i>	Tagliatelles <i>Tagliatelle</i>	Pommes de terre sautées <i>Bratkartoffeln</i>	Grains de blé <i>Weizenkörner</i>	

C 4 / S 44

Semaine du 28 octobre au 1 novembre 2024



		LUNDI 28/10/2024	MARDI 29/10/2024	MERCREDI 30/10/2024	JEUDI 31/10/2024	VENDREDI 01/11/2024
Menu végétarien 	Protéine	Omelette Omelette	Gratin de légumes Gemüsegratin	Nuggets de tofu pané au four Gebackene panierte Tofu-Nuggets	Boulette végétarienne sauce sang Vegetarische Knödel mit Blutsoße	
	Légume	Courgettes Zucchini	-	Fondue de poireaux Lauchfondue	Butternut caramélisé Karamellisierte Butternuss	
Féculent		Pâtes complètes Vollkornnudeln	Pommes de terre nature Salz Kartoffeln	Riz Reis	Gnocchis Gnocchi	
Menu s/viande 	Protéine	Omelette Omelette	Gratin de légumes Gemüsegratin	Poisson pané au four Paniierter Fisch	Boulette végétarienne sauce sang Vegetarische Knödel mit Blutsoße	
	Légume	Courgettes Zucchini	-	Fondue de poireaux Lauchfondue	Butternut caramélisé Karamellisierte Butternuss	
Féculent		Pâtes complètes Vollkornnudeln	Pommes de terre nature Salz Kartoffeln	Riz Reis	Gnocchis Gnocchi	



C 4 / S 45

Semaine du 4 novembre au 8 novembre 2024

		LUNDI 04/11/2024	MARDI 05/11/2024	MERCREDI 06/11/2024	JEUDI 07/11/2024	VENDREDI 08/11/2024
Menu végétarien 	Protéine	Curry de pois chiches Kichererbsen-Curry	Dés de seitan au paprika Gewürfelter Seitan mit Paprika	Tofu à la moutarde douce Tofu mit süßem Senf	Œufs à la florentine Eier Florentiner	Clafouti à la citrouille et parmesan Clafouti mit Kürbis und Parmesan
	Légume	Chou romanesco Romanesco-Kohl	Duo de panais et carotte Pastinaken-Karotten-Duo	Champignons Champignons	Chicon braisé Geschmorter Chicorée	Salade verte Grüner Salat
Féculent		Riz basmati Basmatireis	Pâtes Nudeln	Polenta Polenta	Purée de pommes de terre Kartoffelbrei	- -
Menu s/viande 	Protéine	Curry de pois chiches Kichererbsen-Curry	Dés de seitan au paprika Gewürfelter Seitan mit Paprika	Tofu à la moutarde douce Tofu mit süßem Senf	Poisson blanc sauce tomate Weißfisch mit Tomatensauce	Clafouti à la citrouille et parmesan Clafouti mit Kürbis und Parmesan
	Légume	Chou romanesco Romanesco-Kohl	Duo de panais et carotte Pastinaken-Karotten-Duo	Champignons Champignons	Chicon braisé Geschmorter Chicorée	Salade verte Grüner Salat
Féculent		Riz basmati Basmatireis	Pâtes Nudeln	Polenta Polenta	Purée de pomme de terre Kartoffelbrei	- -






C 4 / S 46

Semaine du 11 novembre au 15 novembre 2024

		LUNDI 11/11/2024	MARDI 12/11/2024	MERCREDI 13/11/2024	JEUDI Menu Irlandais 14/11/2024	VENDREDI 15/11/2024
Menu végétarien 	Protéine	Tempeh caramélisé aux oignons <i>Karamellisiertes Tempeh mit Zwiebeln</i>	Œufs brouillés <i>Rührei</i>	Gratin de pommes de terre au reblochon et tofu fumé <i>Kartoffelgratin mit Reblochon und Räuchertofu</i>	Cornish paties végétariennes <i>Cornish Paties vegetarisch</i>	Steak de lentilles <i>Linsensteak</i>
	Légume	Petits pois et carottes <i>Erbsen und Karotten</i>	Épinards <i>Spinat</i>	Brocolis <i>Brokkoli</i>	Salade verte <i>Grüner Salat</i>	Haricots verts <i>Grüne Bohnen</i>
	Féculent	Pommes de terre vapeur <i>Gedämpfte Kartoffeln</i>	Riz complet <i>Naturreis</i>	- -	- -	Boulgour <i>Bulgur</i>
Menu s/viande 	Protéine	Tempeh caramélisé aux oignons <i>Karamellisiertes Tempeh mit Zwiebeln</i>	Œufs brouillés <i>Rührei</i>	Gratin de pommes de terre au reblochon et tofu fumé <i>Kartoffelgratin mit Reblochon und Räuchertofu</i>	Cornish paties végétariennes <i>Cornish Paties vegetarisch</i>	Poisson en croûte d'herbes <i>Fisch in Kräuterkruste</i>
	Légume	Petits pois et carottes <i>Erbsen und Karotten</i>	Épinards <i>Spinat</i>	Brocolis <i>Brokkoli</i>	Salade verte <i>Grüner Salat</i>	Haricots verts <i>Grüne Bohnen</i>
	Féculent	Pommes de terre vapeur <i>Gedämpfte Kartoffeln</i>	Riz complet <i>Naturreis</i>	- -	- -	Boulgour <i>Bulgur</i>




C 4 / S 47

Semaine du 18 novembre au 22 novembre 2024

		LUNDI 18/11/2024	MARDI  19/11/2024	MERCREDI 20/11/2024	JEUDI 21/11/2024	VENDREDI  22/11/2024
Menu végétarien 	Protéine	Cordon bleu falafel, cheddar et tomates confites <i>Falafel-Cordon Bleu, Cheddar und Kandierete Tomaten</i>	Pancakes au butternut et chèvre <i>Pfannkuchen mit Butternut und Ziegenkäse</i>	Tofu mariné à l'aneth <i>Tofu in Dill mariniert</i>	Couscous végétarien aux pois chiches <i>Vegetarischer Couscous mit Kichererbsen</i>	
	Légume	Petits pois <i>Grüne Erbsen</i>	Salade verte <i>Grüner Salat</i>	Haricots sabre <i>Säbelbohnen</i>	Légumes couscous (carottes, navets, potiron, pois chiches) <i>Gemüse Couscous (Möhren, Speiserübe, Kürbis, Kichererbsen)</i>	
	Féculent	Pâtes complètes <i>Vollkornnudeln</i>	- -	Riz <i>Reis</i>	Semoule <i>Grieß</i>	
Menu s/viande 	Protéine	Cordon bleu falafel, cheddar et tomates confites <i>Falafel-Cordon Bleu, Cheddar und Kandierete Tomaten</i>	Pancakes au butternut et chèvre <i>Pfannkuchen mit Butternut und Ziegenkäse</i>	Saumon grillé <i>Gegrilltes Lachs</i>	Couscous végétarien aux pois chiches <i>Vegetarischer Couscous mit Kichererbsen</i>	
	Légume	Petits pois <i>Grüne Erbsen</i>	Salade verte <i>Grüner Salat</i>	Haricots sabre <i>Säbelbohnen</i>	Légumes couscous (carottes, navets, potiron, pois chiches) <i>Gemüse Couscous (Möhren, Speiserübe, Kürbis, Kichererbsen)</i>	
	Féculent	Pâtes complètes <i>Vollkornnudeln</i>	- -	Riz <i>Reis</i>	Semoule <i>Grieß</i>	




C 4 / S 48

Semaine du 25 novembre au 29 novembre 2024

		LUNDI 25/11/2024	MARDI 26/11/2024	MERCREDI 27/11/2024	JEUDI 28/11/2024	VENDREDI 29/11/2024
Menu végétarien 	Protéine	Chili végétarien aux haricots rouges <i>Vegetarisches Chili mit roten Bohnen</i>	Flammenkuche aux légumes <i>Flammenküche mit Gemüse</i>	Tofu au citron <i>Tofu mit Zitrone</i>	Boulettes végétariennes <i>Vegetarische Knödel</i>	
	Légume	- -	Crudités <i>Rohes Gemüse</i>	Chou romanesco <i>Romanesco-Kohl</i>	Salade verte <i>Grüner Salat</i>	
Féculent	Riz <i>Reis</i>	- -	Patates douces au four <i>Gebackene Süßkartoffeln</i>	Pâtes <i>Nudeln</i>		
Menu s/viande 	Protéine	Chili végétarien aux haricots rouges <i>Vegetarisches Chili mit roten Bohnen</i>	Flammenkuche au thon <i>Thunfisch Flammenküche</i>	Tofu au citron <i>Tofu mit Zitrone</i>	Boulettes végétariennes <i>Vegetarische Knödel</i>	
	Légume	- -	Crudités <i>Rohes Gemüse</i>	Chou romanesco <i>Romanesco-Kohl</i>	Salade verte <i>Grüner Salat</i>	
Féculent	Riz <i>Reis</i>	- -	Patates douces au four <i>Gebackene Süßkartoffeln</i>	Pâtes <i>Nudeln</i>		

C 4 / S 49

Semaine du 2 décembre au 6 décembre 2024

		LUNDI 02/12/2024	MARDI 03/12/2024	MERCREDI 04/12/2024	JEUDI 05/12/2024	VENDREDI 06/12/2024
Menu végétarien 	Protéine	Omelette <i>Omelette</i>	Tofu fumé <i>Räuchertofu</i>	Œufs durs sauce aurore <i>Hartgekochte Eier mit Aurora-Sauce</i>	Halloumi grillé <i>Gegrilltes Halloumi</i>	
	Légume	Champignons de Paris <i>Champignons</i>	Choucroute <i>Sauerkraut</i>	Chou-fleur <i>Blumenkohl</i>	Julienne de légumes <i>Julienne vom Gemüse</i>	
Féculent	Riz basmati <i>Basmatireis</i>	Pommes de terre persillées <i>Petersilien-Kartoffeln</i>	Penne <i>Penne</i>	Grains de blé <i>Weizenkörner</i>		
Menu s/viande 	Protéine	Omelette <i>Omelette</i>	Tofu fumé <i>Räuchertofu</i>	Œufs durs sauce aurore <i>Hartgekochte Eier mit Aurora-Sauce</i>	Poisson blanc grillé <i>Gegrillter Weißfisch</i>	
	Légume	Champignons de Paris <i>Champignons</i>	Choucroute <i>Sauerkraut</i>	Chou-fleur <i>Blumenkohl</i>	Julienne de légumes <i>Julienne vom Gemüse</i>	
Féculent	Riz basmati <i>Basmatireis</i>	Pommes de terre persillées <i>Petersilien-Kartoffeln</i>	Penne <i>Penne</i>	Grains de blé <i>Weizenkörner</i>		


C 4 / S 50

Semaine du 9 décembre au 13 décembre 2024

		LUNDI 09/12/2024	MARDI 10/12/2024	MERCREDI 11/12/2024	JEUDI 12/12/2024	VENDREDI 13/12/2024
Menu végétarien	Protéine	Lentilles saucisse végétarienne <i>Linsen mit vegetarischer Wurst</i>	Escalope de légumes <i>Gemüsewiener</i>	Dés de seitan à la sauce tomate <i>Gewürfelter Seitan mit Tomatensauce</i>	Spaghetti sauce crémeuse au butternut et fromage râpé <i>Spaghetti mit cremiger Butternussauce und geriebenem Käse</i>	Gratin de poireaux <i>Lauch-Gratin</i>
	Légume	Carottes <i>Möhren</i>	Panais rôti au miel <i>Geröstete Pastinaken mit Honig</i>	Haricots verts <i>Grüne Bohnen</i>	Crudités <i>Rohes Gemüse</i>	- -
	Féculent	Pommes de terre vapeur <i>Gedämpfte Kartoffeln</i>	Bulgour <i>Bulgur</i>	Pommes de terre nature <i>Salz Kartoffeln</i>	- -	Riz <i>Reis</i>
Menu s/viande	Protéine	Lentilles saucisse végétarienne <i>Linsen mit vegetarischer Wurst</i>	Escalope de légumes <i>Gemüsewiener</i>	Dés de seitan à la sauce tomate <i>Gewürfelter Seitan mit Tomatensauce</i>	Spaghetti sauce crémeuse au butternut et fromage râpé <i>Spaghetti mit cremiger Butternussauce und geriebenem Käse</i>	Gratin de poisson <i>Fisch überbacken</i>
	Légume	Carottes <i>Möhren</i>	Panais rôti au miel <i>Geröstete Pastinaken mit Honig</i>	Haricots verts <i>Grüne Bohnen</i>	Crudités <i>Rohes Gemüse</i>	Fondue de poireaux <i>Lauchfondue</i>
	Féculent	Pommes de terre vapeur <i>Gedämpfte Kartoffeln</i>	Bulgour <i>Bulgur</i>	Pommes de terre nature <i>Salz Kartoffeln</i>	- -	Riz <i>Reis</i>

C 4 / S 51

Semaine du 16 décembre au 20 décembre 2024

		LUNDI 16/12/2024	MARDI 17/12/2024	MERCREDI Menu de Noël 18/12/2024	JEUDI 19/12/2024	VENDREDI 20/12/2024
Menu végétarien	Protéine	Dahl de lentilles à la citronnelle <i>Linsen-Dahl mit Zitronengras</i>	Tagliatelles ricotta et brocolis <i>Ricotta-Brokkoli-Tagliatelle</i>	Strudel aux légumes et marron <i>Gemüse- und Kastanienstrudel</i>	Omelette nature <i>Naturomelett</i>	
	Légume	Purée de légumes <i>Gemüsepurée</i>	- -	Chou braisé <i>Geschmorter Kohl</i>	Petits pois <i>Grüne Erbsen</i>	
	Féculent	Riz <i>Reis</i>	- -	- -	Pâtes <i>Nudeln</i>	
Menu s/viande	Protéine	Dahl de lentilles à la citronnelle <i>Linsen-Dahl mit Zitronengras</i>	Pavé de saumon <i>Lachssteak</i>	Strudel aux légumes et marron <i>Gemüse- und Kastanienstrudel</i>	Omelette nature <i>Naturomelett</i>	
	Légume	Purée de légumes <i>Gemüsepurée</i>	Brocolis <i>Brokkoli</i>	Chou braisé <i>Geschmorter Kohl</i>	Petits pois <i>Grüne Erbsen</i>	
	Féculent	Riz <i>Reis</i>	Tagliatelles <i>Tagliatelle</i>	- -	Pâtes <i>Nudeln</i>	