

C 3 / S 27

Semaine du 29 juin au 3 juillet 2026

		LUNDI 29/06/2026	MARDI 30/06/2026	MERCREDI 01/07/2026	JEUDI 02/07/2026	VENDREDI 03/07/2026
Menu végétarien	Protéine	Tofu à la citronnelle <i>Tofu mit Zitronengras</i>	Pois chiches au curry et lait de coco <i>Kichererbsen mit Curry und Kokosmilch</i>	Omelette nature <i>Naturomelett</i>	Brochette de légumes et halloumi, coulis de tomate au basilic <i>Gemüse- und Halloumi-Spieß, Tomatencoulis und Basilikum</i>	Quorn à la tomate <i>Quorn mit Tomatensauce</i>
	Légume	Poêlée de légumes asiatiques <i>Gebratenes asiatisches Gemüse</i>	Courgettes <i>Zucchini</i>	Petits pois <i>Grüne Erbsen</i>	Piperade <i>Piperade</i>	Caviar d'aubergines <i>Auberginen-Kaviar</i>
	Féculent	Riz <i>Reis</i>	Pâtes <i>Nudeln</i>	Pommes de terre rôties <i>Bratkartoffeln</i>	Grains de blé <i>Weizenkörner</i>	Riz <i>Reis</i>
Menu s/viande	Protéine	Tofu à la citronnelle <i>Tofu mit Zitronengras</i>	Scampis sauce au curry et lait de coco <i>Scampis mit Currysauce und Kokosmilch</i>	Omelette nature <i>Naturomelett</i>	Brochette de légumes et halloumi, coulis de tomate au basilic <i>Gemüse- und Halloumi-Spieß, Tomatencoulis und Basilikum</i>	Quorn à la tomate <i>Quorn mit Tomatensauce</i>
	Légume	Poêlée de légumes asiatiques <i>Gebratenes asiatisches Gemüse</i>	Courgettes <i>Zucchini</i>	Petits pois <i>Grüne Erbsen</i>	Piperade <i>Piperade</i>	Caviar d'aubergines <i>Auberginen-Kaviar</i>
	Féculent	Riz <i>Reis</i>	Pâtes <i>Nudeln</i>	Pommes de terre rôties <i>Bratkartoffeln</i>	Grains de blé <i>Weizenkörner</i>	Riz <i>Reis</i>

C 3 / S 28

Semaine du 6 juillet au 10 juillet 2026

		LUNDI 06/07/2026	MARDI 07/07/2026	MERCREDI 08/07/2026	JEUDI 09/07/2026	VENDREDI 10/07/2026
Menu végétarien	Protéine	Omelette aux fines herbes <i>Omelett mit feinen Kräutern</i>	Barbecue <i>Barbecue</i>	Nuggets de seitan au four <i>Gebackene Seitan-Nuggets</i>	Lasagnes ricotta épinards <i>Spinat-Ricotta-Lasagne</i>	
	Légume	Tomate au four <i>Gebackene Tomate</i>	Garnitures <i>Beilagen</i>	Haricots verts <i>Grüne Bohnen</i>	Salade verte <i>Grüner Salat</i>	
	Féculent	Pommes de terre nature <i>Natur Kartoffeln</i>	Pain <i>Brot</i>	Riz <i>Reis</i>	* -	
Menu s/viande	Protéine	Omelette aux fines herbes <i>Omelett mit feinen Kräutern</i>	Barbecue <i>Barbecue</i>	Poisson pané au four <i>Panierter Fisch</i>	Lasagnes ricotta épinards <i>Spinat-Ricotta-Lasagne</i>	
	Légume	Tomate au four <i>Gebackene Tomate</i>	Garnitures <i>Beilagen</i>	Haricots verts <i>Grüne Bohnen</i>	Salade verte <i>Grüner Salat</i>	
	Féculent	Pommes de terre nature <i>Natur Kartoffeln</i>	Pain <i>Brot</i>	Riz <i>Reis</i>	* -	



Menu 100% Bio
code LU-BIO-04



Menu Anti-gaspi



Menu Kids

C 3 / S 29

Semaine du 13 juillet au 17 juillet 2026

		LUNDI 13/07/2026	MARDI 14/07/2026	MERCREDI 15/07/2026	JEUDI 16/07/2026	VENDREDI 17/07/2026
Menu végétarien	Protéine	Dés de tofu à la sauge <i>Tofuwürfel mit Salbei</i>	Hamburger végétarien <i>Vegetarischer Burger</i>		Filet de quorn grillé <i>Gegrilltes Quorn-Filet</i>	Tarte à la tomate et herbes de Provence <i>Tomatentarte mit Kräutern der Provence</i>
	Légume	Champignons <i>Champignons</i>	(pain burger, burger de haricots rouges, crudités, fromage) <i>(Burgerbrötchen, Kidneybohnen-Burger, rohes Gemüse, käse)</i>		Salade verte <i>Grüner Salat</i>	Salade de concombres <i>Gurken</i>
	Féculent	Polenta <i>Polenta</i>	Pommes de terre wedges <i>Wedge-Kartoffeln</i>		Pommes de terre au four <i>Bratkartoffeln</i>	* -
Menu s/viande	Protéine	Dés de tofu à la sauge <i>Tofuwürfel mit Salbei</i>	Hamburger végétarien <i>Vegetarischer Burger</i>		Saumon grillé <i>Gegrillter Lachs</i>	Tarte à la tomate et herbes de Provence <i>Tomatentarte mit Kräutern der Provence</i>
	Légume	Champignons <i>Champignons</i>	(pain burger, burger de haricots rouges, crudités, fromage) <i>(Burgerbrötchen, Kidneybohnen-Burger, rohes Gemüse, käse)</i>		Salade verte <i>Grüner Salat</i>	Salade de concombres <i>Gurken</i>
	Féculent	Polenta <i>Polenta</i>	Pommes de terre wedges <i>Wedge-Kartoffeln</i>		Pommes de terre au four <i>Bratkartoffeln</i>	* -

C 3 / S 30

Semaine du 20 juillet au 24 juillet 2026

		LUNDI 20/07/2026	MARDI 21/07/2026	MERCREDI 22/07/2026	JEUDI 23/07/2026	VENDREDI 24/07/2026
Menu végétarien	Protéine	Tempeh caramélisé aux oignons <i>Karamellisierter Tempeh mit Zwiebeln</i>	Waterzooi aux haricots blancs <i>Waterzooi mit weißen Bohnen</i>	Pizza baguette tomate, pesto et mozzarella <i>Tomaten-Pesto-Mozzarella-Baguette-Pizza</i>	Salade de melon et feta <i>Melonen-Feta-Salat</i>	Steak de lentilles <i>Linsensteak</i>
	Légume	Petits pois et carottes <i>Erbsen und Karotten</i>	* -	* -	* -	Haricots verts <i>Grüne Bohnen</i>
	Féculent	Pommes de terre boulangères <i>Bäckerkartoffeln</i>	Riz <i>Reis</i>	* -	Salade de pâtes <i>Nudelsalat</i>	Boulgour <i>Bulgur</i>
Menu s/viande	Protéine	Tempeh caramélisé aux oignons <i>Karamellisierter Tempeh mit Zwiebeln</i>	Waterzooi aux haricots blancs <i>Waterzooi mit weißen Bohnen</i>	Pizza baguette tomate, pesto et mozzarella <i>Tomaten-Pesto-Mozzarella-Baguette-Pizza</i>	Salade de melon et feta <i>Melonen-Feta-Salat</i>	Poisson grillé à la tapenade <i>Gegrillter Fisch mit Tapenade</i>
	Légume	Petits pois et carottes <i>Erbsen und Karotten</i>	* -	* -	* -	Haricots verts <i>Grüne Bohnen</i>
	Féculent	Pommes de terre boulangères <i>Bäckerkartoffeln</i>	Riz <i>Reis</i>	* -	Salade de pâtes <i>Nudelsalat</i>	Boulgour <i>Bulgur</i>



Menu 100% Bio
code LU-BIO-04



Menu Anti-gaspi



Menu Kids

C 3 / S 31

Semaine du 27 juillet au 31 juillet 2026

		LUNDI 27/07/2026	MARDI 28/07/2026	MERCREDI 29/07/2026	JEUDI 30/07/2026	VENDREDI 31/07/2026
Menu végétarien	Protéine	Couscous végétarien aux pois chiches <i>Vegetarischer Couscous mit Kichererbsen</i>	Cordon bleu falafel, cheddar et tomates confites <i>Falafel-Cordon Bleu, Cheddar und Kandierte Tomaten</i>	Tofu mariné aux herbes <i>Marinierter Tofu mit Kräutern</i>	Omelette <i>Omelette</i>	Quiche au fromage <i>Käsequiche</i>
	Légume	*	Petits pois <i>Grüne Erbsen</i>	Haricots beurre <i>Butterbohnen</i>	Carottes <i>Möhren</i>	Brocolis <i>Brokkoli</i>
	Féculent	Semoule <i>Couscous</i>	Pâtes complètes <i>Vollkornnudeln</i>	Grains de blé <i>Weizenkörner</i>	Pommes rôties au four <i>Ofenkartoffeln</i>	*
Menu s/viande	Protéine	Couscous végétarien aux pois chiches <i>Vegetarischer Couscous mit Kichererbsen</i>	Cordon bleu falafel, cheddar et tomates confites <i>Falafel-Cordon Bleu, Cheddar und Kandierte Tomaten</i>	Saumon sauce fromage blanc aux herbes <i>Lachs mit Kräuter-Quarksauce</i>	Omelette <i>Omelette</i>	Quiche au fromage <i>Käsequiche</i>
	Légume	*	Petits pois <i>Grüne Erbsen</i>	Haricots beurre <i>Butterbohnen</i>	Carottes <i>Möhren</i>	Brocolis <i>Brokkoli</i>
	Féculent	Semoule <i>Couscous</i>	Pâtes complètes <i>Vollkornnudeln</i>	Grains de blé <i>Weizenkörner</i>	Pommes rôties au four <i>Ofenkartoffeln</i>	*

C 3 / S 34

Semaine du 17 août au 21 août 2026

		LUNDI 17/08/2026	MARDI 18/08/2026	MERCREDI 19/08/2026	JEUDI 20/08/2026	VENDREDI 21/08/2026
Menu végétarien	Protéine	Saucisse végétarienne <i>Vegetarische Wurst</i>	Flan de légumes <i>Gemüse-Flan</i>	Dés de seitan au coulis de carotte <i>Gewürfelter Seitan mit Karottencoulis</i>	Spaghetti sauce pesto et fromage râpé <i>Spaghetti mit Pestosauce und geriebenem Käse</i>	Riz safrané aux haricots rouges et petits légumes <i>Safranreis mit roten Bohnen und Gemüse</i>
	Légume	Salade verte <i>Grüner Salat</i>	Haricots verts <i>Grüne Bohnen</i>	Courgettes <i>Zucchini</i>	Crudités <i>Rohes Gemüse</i>	*
	Féculent	Pommes rôties au four <i>Ofenkartoffeln</i>	Boulgour <i>Bulgur</i>	Purée de pommes de terre <i>Kartoffelpüree</i>	*	*
Menu s/viande	Protéine	Saucisse végétarienne <i>Vegetarische Wurst</i>	Flan de légumes <i>Gemüse-Flan</i>	Dés de seitan au coulis de carotte <i>Gewürfelter Seitan mit Karottencoulis</i>	Spaghetti sauce pesto et fromage râpé <i>Spaghetti mit Pestosauce und geriebenem Käse</i>	Paëlla au poisson <i>Paella mit Fisch</i>
	Légume	Salade verte <i>Grüner Salat</i>	Haricots verts <i>Grüne Bohnen</i>	Courgettes <i>Zucchini</i>	Crudités <i>Rohes Gemüse</i>	*
	Féculent	Pommes rôties au four <i>Ofenkartoffeln</i>	Boulgour <i>Bulgur</i>	Purée de pommes de terre <i>Kartoffelpüree</i>	*	*



Menu 100% Bio
code LU-BIO-04



Menu Anti-gaspi



Menu Kids

C 3 / S 35

Semaine du 24 août au 28 août 2026

		LUNDI 24/08/2026	MARDI 25/08/2026	 MERCREDI 26/08/2026	 JEUDI 27/08/2026	VENDREDI 28/08/2026
Menu végétarien 	Protéine	Tofu à la citronnelle <i>Tofu mit Zitronengras</i>	Pâtes sauce napolitaine et fromage râpé <i>Nudeln mit neapolitanischer Sauce und geriebenem Käse</i>	Omelette au fromage <i>Käse-Omelett</i>		Falafels <i>Falafel</i>
	Légume	Poêlée de légumes asiatiques <i>Gebratenes asiatisches Gemüse</i>	Salade verte <i>Grüner Salat</i>	Petits pois <i>Grüne Erbsen</i>		Poivrons <i>Paprikas</i>
	Féculent	Riz <i>Reis</i>	* -	Pommes de terre rôties <i>Bratkartoffeln</i>		Semoule <i>Couscous</i>
Menu s/viande 	Protéine	Tofu à la citronnelle <i>Tofu mit Zitronengras</i>	Pâtes sauce tomate au thon <i>Nudeln mit Tomatensauce und Thunfisch</i>	Omelette au fromage <i>Käse-Omelett</i>		Falafels <i>Falafel</i>
	Légume	Poêlée de légumes asiatiques <i>Gebratenes asiatisches Gemüse</i>	Salade verte <i>Grüner Salat</i>	Petits pois <i>Grüne Erbsen</i>		Poivrons <i>Paprikas</i>
	Féculent	Riz <i>Reis</i>	* -	Pommes de terre rôties <i>Bratkartoffeln</i>		Semoule <i>Couscous</i>

C 3 / S 36

Semaine du 31 août au 4 septembre 2026

		LUNDI 31/08/2026	MARDI 01/09/2026	MERCREDI 02/09/2026	JEUDI 03/09/2026	VENDREDI 04/09/2026
Menu végétarien 	Protéine	Omelette aux fines herbes <i>Omelett mit feinen Kräutern</i>	Tortellini ricotta épinards sauce aurore <i>Ricotta-Spinat-Tortellini mit Aurora-Sauce</i>	Nuggets de seitan au four <i>Gebackene Seitan-Nuggets</i>	Tofu façon osso bucco <i>Ossobucco Tofu</i>	Petits farcis au quinoa et pignons de pin, sauce tomate <i>Klein gefüllt mit Quinoa und Pinienkernen, Tomatensauce</i>
	Légume	Tomate au four <i>Gebackene Tomate</i>	Salade verte <i>Grüner Salat</i>	Haricots verts <i>Grüne Bohnen</i>	Aubergines <i>Aubergine</i>	* -
	Féculent	Pommes de terre nature <i>Natur Kartoffeln</i>	* -	Riz <i>Reis</i>	Spätzle <i>Spätzle</i>	* -
Menu s/viande 	Protéine	Omelette aux fines herbes <i>Omelett mit feinen Kräutern</i>	Tortellini ricotta épinards sauce aurore <i>Ricotta-Spinat-Tortellini mit Aurora-Sauce</i>	Poisson au four <i>Gebackener Fisch</i>	Tofu façon osso bucco <i>Ossobucco Tofu</i>	Petits farcis au quinoa et pignons de pin, sauce tomate <i>Klein gefüllt mit Quinoa und Pinienkernen, Tomatensauce</i>
	Légume	Tomate au four <i>Gebackene Tomate</i>	Salade verte <i>Grüner Salat</i>	Haricots verts <i>Grüne Bohnen</i>	Aubergines <i>Aubergine</i>	* -
	Féculent	Pommes de terre nature <i>Natur Kartoffeln</i>	* -	Riz <i>Reis</i>	Spätzle <i>Spätzle</i>	* -



Menu 100% Bio
code LU-BIO-04



Menu Anti-gaspi



Menu Kids

C 3 / S 37

Semaine du 7 septembre au 11 septembre 2026

		LUNDI 07/09/2026	MARDI 08/09/2026	MERCREDI 09/09/2026	JEUDI 10/09/2026	VENDREDI 11/09/2026
Menu végétarien	Protéine	Quorn pané sauce tomate <i>Paniertes Quorn mit Tomatensauce</i>	Halloumi au paprika <i>Paprika Halloumi</i>	Dés de tofu à la sauge <i>Tofuwürfel mit Salbei</i>	Burger de légumes <i>Gemüseburger</i>	Quiche au fromage <i>Käsequiche</i>
	Légume	Petits pois et carottes <i>Erbsen und Karotten</i>	Poêlée de légumes <i>gebratenes Gemüse</i>	Champignons <i>Champignons</i>	Salade verte <i>Grüner Salat</i>	Salade de concombres <i>Gurken</i>
	Féculent	Riz <i>Reis</i>	Pâtes <i>Nudeln</i>	Polenta <i>Polenta</i>	Pommes de terre rôties <i>Bratkartoffeln</i>	* -
Menu s/viande	Protéine	Quorn pané sauce tomate <i>Paniertes Quorn mit Tomatensauce</i>	Halloumi au paprika <i>Paprika Halloumi</i>	Dés de tofu à la sauge <i>Tofuwürfel mit Salbei</i>	Poisson blanc grillé <i>Gegrillter Weißfisch</i>	Quiche au fromage <i>Käsequiche</i>
	Légume	Petits pois et carottes <i>Erbsen und Karotten</i>	Poêlée de légumes <i>gebratenes Gemüse</i>	Champignons <i>Champignons</i>	Salade verte <i>Grüner Salat</i>	Salade de concombres <i>Gurken</i>
	Féculent	Riz <i>Reis</i>	Pâtes <i>Nudeln</i>	Polenta <i>Polenta</i>	Pommes de terre rôties <i>Bratkartoffeln</i>	* -

C 3 / S 38

Semaine du 14 septembre au 18 septembre 2026

		LUNDI 14/09/2026	MARDI 15/09/2026	MERCREDI 16/09/2026	JEUDI 17/09/2026	VENDREDI 18/09/2026
Menu végétarien	Protéine	Chakchouka <i>Chakchouka</i>	Spaghetti à la bolognaise végétarienne et fromage râpé <i>Vegetarische Spaghetti Bolognese und geriebenem Käse</i>	Pizza baguette tomate, pesto et mozzarella <i>Tomaten-Pesto-Mozzarella- Baguette-Pizza</i>	Pancakes aux flocons d'avoine, courgettes et parmesan <i>Haferflocken-Pfannkuchen mit Zucchini und Parmesan</i>	Steak de lentilles <i>Linsensteak</i>
	Légume	* -	Crudités <i>Rohes Gemüse</i>	* -	Salade verte <i>Grüner Salat</i>	Haricots verts <i>Grüne Bohnen</i>
	Féculent	Riz complet <i>Vollkornreis</i>	* -	* -	Pommes de terre rôties <i>Bratkartoffeln</i>	Pâtes <i>Nudeln</i>
Menu s/viande	Protéine	Chakchouka <i>Chakchouka</i>	Spaghetti à la bolognaise végétarienne et fromage râpé <i>Vegetarische Spaghetti Bolognese und geriebenem Käse</i>	Pizza baguette tomate, pesto et mozzarella <i>Tomaten-Pesto-Mozzarella- Baguette-Pizza</i>	Pancakes aux flocons d'avoine, courgettes et parmesan <i>Haferflocken-Pfannkuchen mit Zucchini und Parmesan</i>	Poisson grillé à la tapenade <i>Gegrillter Fisch mit Tapenade</i>
	Légume	* -	Crudités <i>Rohes Gemüse</i>	* -	Salade verte <i>Grüner Salat</i>	Haricots verts <i>Grüne Bohnen</i>
	Féculent	Riz complet <i>Vollkornreis</i>	* -	* -	Pommes de terre rôties <i>Bratkartoffeln</i>	Pâtes <i>Nudeln</i>



Menu 100% Bio
code LU-BIO-04



Menu Anti-gaspi



Menu Kids

C 3 / S 39

Semaine du 21 septembre au 25 septembre 2026

		LUNDI 21/09/2026	MARDI 22/09/2026	MERCREDI 23/09/2026	JEUDI 24/09/2026	VENDREDI 25/09/2026
Menu végétarien	Protéine	Filet de quorn sauce tomate <i>Quorn Filet mit Tomatensauce</i>	"Compose ton wrap" <i>"Stelle deinen Wrap zusammen"</i>	Tofu mariné aux herbes <i>Marinierter Tofu mit Kräutern</i>	Couscous végétarien aux pois chiches <i>Vegetarischer Couscous mit Kichererbsen</i>	
	Légume	Petits pois <i>Grüne Erbsen</i>	(wrap, œufs durs, crudités, sauce yaourt) <i>(Wraps, hart gekochte Eier, Rohes Gemüse, Joghurt-Sauce)</i>	Haricots beurre <i>Butterbohnen</i>	Légumes couscous <i>Gemüse Couscous</i>	
	Féculent	Pâtes complètes <i>Vollkornnudeln</i>	Pommes de terre wedges <i>Wedge-Kartoffeln</i>	Grains de blé <i>Weizenkörner</i>	Semoule <i>Couscous</i>	
Menu s/viande	Protéine	Filet de quorn sauce tomate <i>Quorn Filet mit Tomatensauce</i>	"Compose ton wrap" <i>"Stelle deinen Wrap zusammen"</i>	Saumon sauce fromage blanc aux herbes <i>Lachs mit Kräuter-Quarksauce</i>	Couscous végétarien aux pois chiches <i>Vegetarischer Couscous mit Kichererbsen</i>	
	Légume	Petits pois <i>Grüne Erbsen</i>	(wrap, œufs durs, crudités, sauce yaourt) <i>(Wraps, hart gekochte Eier, Rohes Gemüse, Joghurt-Sauce)</i>	Haricots beurre <i>Butterbohnen</i>	Légumes couscous <i>Gemüse Couscous</i>	
	Féculent	Pâtes complètes <i>Vollkornnudeln</i>	Pommes de terre wedges <i>Wedge-Kartoffeln</i>	Grains de blé <i>Weizenkörner</i>	Semoule <i>Couscous</i>	



Menu 100% Bio
code LU-BIO-04



Menu Anti-gaspi



Menu Kids