

C 3 / S 40

Semaine du 28 septembre au 2 octobre 2026

		LUNDI 28/09/2026	MARDI Menu maltais 29/09/2026	MERCREDI 30/09/2026	JEUDI 01/10/2026	VENDREDI 02/10/2026
Menu végétarien	Protéine	Galettes de légumes aux haricots rouges sauce tzatziki <i>Gemüse-Puffer mit roten Bohnen und Tzatziki-Sauce</i>	Galettes de courgettes <i>Zucchini-puffer</i>		Spaghetti à la bolognaise végétarienne et fromage <i>Vegetarische Spaghetti Bolognese und Käse</i>	Bouchée à la reine végétarienne <i>Vegetarischer Königinnenbiss</i>
	Légume	Laitue Salat	Salade verte <i>Grüner Salat</i>		Salade verte <i>Grüner Salat</i>	Petits pois <i>Grüne Erbsen</i>
	Féculent	Epis de maïs <i>Maiskolben</i>	Pommes de terre au four <i>Bratkartoffeln</i>		*	Frites <i>Pommes frites</i>
Menu s/viande	Protéine	Galettes de légumes aux haricots rouges sauce tzatziki <i>Gemüse-Puffer mit roten Bohnen und Tzatziki-Sauce</i>	Poisson sauce zalza tal-kappar (sauce aux câpres) <i>Fisch mit Kapernsauce</i>		Spaghetti à la bolognaise végétarienne et fromage <i>Vegetarische Spaghetti Bolognese und Käse</i>	Bouchée à la reine végétarienne <i>Vegetarischer Königinnenbiss</i>
	Légume	Laitue Salat	Courgettes <i>Zucchini</i>		Salade verte <i>Grüner Salat</i>	Petits pois <i>Grüne Erbsen</i>
	Féculent	Epis de maïs <i>Maiskolben</i>	Pommes de terre au four <i>Bratkartoffeln</i>		*	Frites <i>Pommes frites</i>

C 3 / S 41

Semaine du 5 octobre au 9 octobre 2026

		LUNDI 05/10/2026	MARDI 06/10/2026	MERCREDI 07/10/2026	JEUDI 08/10/2026	VENDREDI 09/10/2026
Menu végétarien	Protéine	Omelette <i>Omelette</i>	"Compose ton wrap" <i>"Stelle deinen Wrap zusammen"</i>		Halloumi grillé <i>Gegrilltes Halloumi</i>	Gnocchi au pesto rouge et pignons de pin <i>Gnocchi mit rotem Pesto und Pinienkernen</i>
	Légume	Champignons de Paris <i>Champignons</i>	(wrap, falafels, crudités, fromage frais) <i>(Wraps, Falafel, Rohes Gemüse, Frischkäse)</i>		Julienne de légumes <i>Julienne vom Gemüse</i>	Salade verte <i>Grüner Salat</i>
	Féculent	Riz basmati <i>Basmatireis</i>	Pommes de terre wedges <i>Wedge-Kartoffeln</i>		Grains de blé <i>Weizenkörner</i>	*
Menu s/viande	Protéine	Omelette <i>Omelette</i>	"Compose ton wrap" <i>"Stelle deinen Wrap zusammen"</i>		Poisson blanc grillé <i>Gegrillter Weißfisch</i>	Gnocchi au pesto rouge et pignons de pin <i>Gnocchi mit rotem Pesto und Pinienkernen</i>
	Légume	Champignons de Paris <i>Champignons</i>	(wrap, falafels, crudités, fromage frais) <i>(Wraps, Falafel, Rohes Gemüse, Frischkäse)</i>		Julienne de légumes <i>Julienne vom Gemüse</i>	Salade verte <i>Grüner Salat</i>
	Féculent	Riz basmati <i>Basmatireis</i>	Pommes de terre wedges <i>Wedge-Kartoffeln</i>		Grains de blé <i>Weizenkörner</i>	*



Menu 100% Bio
code LU-BIO-04



Menu Anti-gaspi



Menu Kids

C 3 / S 42

Semaine du 12 octobre au 16 octobre 2026

		LUNDI 12/10/2026	MARDI 13/10/2026	MERCREDI Menu turc 14/10/2026	JEUDI 15/10/2026	VENDREDI 16/10/2026
Menu végétarien	Protéine	Bouneschlupp végétarienne <i>Vegetarische Bohnensuppe</i>	Escalope de légumes <i>Gemüsewienier</i>	Aubergines farcies aux légumineuses <i>Auberginen gefüllt mit Hülsenfrüchten</i>	Spaghetti sauce crémeuse au butternut, sauge et fromage râpé <i>Spaghetti mit cremiger Butternussauce, Salbei und geriebenem Käse</i>	Riz safrané aux haricots rouges et légumes <i>Safranreis mit roten Bohnen und Gemüse</i>
	Légume	(saucisse végétarienne de tofu, haricots verts, oignons, pommes de terre) <i>(Vegetarische Tofu-Wurst, grüne Bohnen, Zwiebeln, Kartoffeln)</i>	Carottes au miel <i>Karotten mit Honig</i>	*	Crudités <i>Rohes Gemüse</i>	*
	Féculent	*	Pâtes <i>Nudeln</i>	Bulgour <i>Bulgur</i>	*	*
Menu s/viande	Protéine	Bouneschlupp végétarienne <i>Vegetarische Bohnensuppe</i>	Escalope de légumes <i>Gemüsewienier</i>	Aubergines farcies aux légumineuses <i>Auberginen gefüllt mit Hülsenfrüchten</i>	Spaghetti sauce crémeuse au butternut, sauge et fromage râpé <i>Spaghetti mit cremiger Butternussauce, Salbei und geriebenem Käse</i>	Paëlla au poisson <i>Paella mit Fisch</i>
	Légume	(saucisse végétarienne de tofu, haricots verts, oignons, pommes de terre) <i>(Vegetarische Tofu-Wurst, grüne Bohnen, Zwiebeln, Kartoffeln)</i>	Carottes au miel <i>Karotten mit Honig</i>	*	Crudités <i>Rohes Gemüse</i>	*
	Féculent	*	Pâtes <i>Nudeln</i>	Bulgour <i>Bulgur</i>	*	*

C 3 / S 43

Semaine du 19 octobre au 23 octobre 2026

		LUNDI 19/10/2026	MARDI 20/10/2026	MERCREDI 21/10/2026	JEUDI 22/10/2026	VENDREDI 23/10/2026
Menu végétarien	Protéine	Parmentier aux lentilles, champignons et carottes <i>Parmentier mit Linsen, Champignons und Karotten</i>	Tagliatelles, feta, brocoli et citron <i>Tagliatelle, Feta, Brokkoli und Zitrone</i>	Omelette à la ciboulette <i>Schnittlauch-Omelette</i>	Tofu, sauce aux agrumes <i>Tofu mit Zitrusauce</i>	
	Légume	*	*	Petits pois <i>Grüne Erbsen</i>	Epinards <i>Spinat</i>	
	Féculent	*	*	Pommes de terre sautées <i>Bratkartoffeln</i>	Grains de blé <i>Weizenkörner</i>	
Menu s/viande	Protéine	Parmentier aux lentilles, champignons et carottes <i>Parmentier mit Linsen, Champignons und Karotten</i>	Tagliatelles, sauce au saumon fumé et brocolis <i>Tagliatelle, Räucherlachs und Brokkolisauce</i>	Omelette à la ciboulette <i>Schnittlauch-Omelette</i>	Tofu, sauce aux agrumes <i>Tofu mit Zitrusauce</i>	
	Légume	*	*	Petits pois <i>Grüne Erbsen</i>	Epinards <i>Spinat</i>	
	Féculent	*	*	Pommes de terre sautées <i>Bratkartoffeln</i>	Grains de blé <i>Weizenkörner</i>	



Menu 100% Bio
code LU-BIO-04



Menu Anti-gaspi



Menu Kids

C 3 / S 44

Semaine du 26 octobre au 30 octobre 2026

		LUNDI 26/10/2026	MARDI 27/10/2026	MERCREDI 28/10/2026	JEUDI 29/10/2026	VENDREDI Menu Halloween 30/10/2026
Menu végétarien	Protéine	Omelette Omelette	Gratin de brocolis Brokkoli-Gratin	Nuggets de tofu panés au four sauce fromage blanc Gebackene panierte Tofu-Nuggets mit Quarksauce	Quorn sauce aux olives Quorn Olivensauce	Burger végétarien Vegetarischer Burger
	Légume	Courgettes Zucchini	*	Haricots verts Grüne Bohnen	Carottes Möhren	Buffet de crudités Salatbuffet
	Féculent	Pâtes complètes Vollkornnudeln	Pommes de terre nature Natur Kartoffeln	Riz Reis	Spätzle Spätzle	Frites Pommes frites
Menu s/viande	Protéine	Omelette Omelette	Gratin de brocolis Brokkoli-Gratin	Poisson pané au four sauce fromage blanc Paniierter Ofen-Fisch mit Quarksauce	Quorn sauce aux olives Quorn Olivensauce	Burger végétarien Vegetarischer Burger
	Légume	Courgettes Zucchini	*	Haricots verts Grüne Bohnen	Carottes Möhren	Buffet de crudités Salatbuffet
	Féculent	Pâtes complètes Vollkornnudeln	Pommes de terre nature Natur Kartoffeln	Riz Reis	Spätzle Spätzle	Frites Pommes frites

C 3 / S 45

Semaine du 2 novembre au 6 novembre 2026

		LUNDI 02/11/2026	MARDI 03/11/2026	MERCREDI 04/11/2026	JEUDI 05/11/2026	VENDREDI 06/11/2026
Menu végétarien	Protéine	Chili végétarien Vegetarisches Chili	Dés de seitan sauce brune Gewürfelte Seitan mit brauner Sosse	Tofu à la tomate Tofu mit Tomate	Hachis Parmentier végétarien Vegetarischer Kartoffelaufauflauf	Quiche au fromage Käsequiche
	Légume	*	Flan de légumes Gemüse-Flan	Champignons Champignons	Petits pois et carottes Erbsen und Karotten	Mesclun Mesclun
	Féculent	Riz basmati Basmatireis	Pommes de terre au four Bratkartoffeln	Semoule Couscous	*	Salade de pâtes Nudelsalat
Menu s/viande	Protéine	Chili végétarien Vegetarisches Chili	Dés de seitan sauce brune Gewürfelte Seitan mit brauner Sosse	Tofu à la tomate Tofu mit Tomate	Parmentier de poisson Fisch-Parmentier	Quiche au fromage Käsequiche
	Légume	*	Flan de légumes Gemüse-Flan	Champignons Champignons	Petits pois et carottes Erbsen und Karotten	Mesclun Mesclun
	Féculent	Riz basmati Basmatireis	Pommes de terre au four Bratkartoffeln	Semoule Couscous	*	Salade de pâtes Nudelsalat



Menu 100% Bio
code LU-BIO-04



Menu Anti-gaspi



Menu Kids

C 3 / S 46

Semaine du 9 novembre au 13 novembre 2026

		LUNDI 09/11/2026	MARDI 10/11/2026	MERCREDI 11/11/2026	JEUDI 12/11/2026	VENDREDI 13/11/2026
Menu végétarien	Protéine	Tempeh caramélisé aux oignons <i>Karamellierter Tempeh mit Zwiebeln</i>	Tikka massala de pois chiches <i>Kichererbsen-Tikka-Masala</i>	Gratin de pommes de terre au fromage à tartiflette <i>Kartoffelgratin mit Tartiflette-Käse</i>	Pâtes au pesto et fromage râpé <i>Nudeln mit Pestosauce und geriebenem Käse</i>	Steak de lentilles <i>Linsensteak</i>
	Légume	Petits pois et carottes <i>Erbsen und Karotten</i>	Chou-fleur <i>Blumenkohl</i>	Brocolis <i>Brokkoli</i>	Crudités <i>Rohes Gemüse</i>	Haricots verts <i>Grüne Bohnen</i>
	Féculent	Gratin dauphinois <i>Kartoffel gratin</i>	Riz complet <i>Vollkornreis</i>	* -	* -	Semoule <i>Couscous</i>
Menu s/viande	Protéine	Tempeh caramélisé aux oignons <i>Karamellierter Tempeh mit Zwiebeln</i>	Tikka massala de pois chiches <i>Kichererbsen-Tikka-Masala</i>	Gratin de pommes de terre au fromage à tartiflette <i>Kartoffelgratin mit Tartiflette-Käse</i>	Pâtes au pesto et fromage râpé <i>Nudeln mit Pestosauce und geriebenem Käse</i>	Poisson grillé à la tapenade <i>Gegrillter Fisch mit Tapenade</i>
	Légume	Petits pois et carottes <i>Erbsen und Karotten</i>	Chou-fleur <i>Blumenkohl</i>	Brocolis <i>Brokkoli</i>	Crudités <i>Rohes Gemüse</i>	Haricots verts <i>Grüne Bohnen</i>
	Féculent	Gratin dauphinois <i>Kartoffel gratin</i>	Riz complet <i>Vollkornreis</i>	* -	* -	Semoule <i>Couscous</i>

C 3 / S 47

Semaine du 16 novembre au 20 novembre 2026

		LUNDI 16/11/2026	MARDI 17/11/2026	MERCREDI 18/11/2026	JEUDI 19/11/2026	VENDREDI 20/11/2026
Menu végétarien	Protéine	Seitan au curry et lait de coco <i>Seitan mit Curry-Kokos-Sauce</i>	Spaghetti sauce au fromage <i>Spaghetti mit Käsesauce</i>	Tofu mariné à l'aneth <i>Tofu in Dill mariniert</i>	Couscous végétarien aux pois chiches <i>Vegetarischer Couscous mit Kichererbsen</i>	Escalope végétarienne aux haricots blanc <i>Vegetarisches Schnitzel aus weißen Bohnen</i>
	Légume	Petits pois <i>Grüne Erbsen</i>	Salade verte <i>Grüner Salat</i>	Haricots beurre <i>Butterbohnen</i>	Légumes couscous <i>Gemüse Couscous</i>	Salade verte <i>Grüner Salat</i>
	Féculent	Riz <i>Reis</i>	* -	Grains de blé <i>Weizenkörner</i>	Semoule <i>Couscous</i>	Purée de pommes de terre <i>Kartoffelpüree</i>
Menu s/viande	Protéine	Seitan au curry et lait de coco <i>Seitan mit Curry-Kokos-Sauce</i>	Spaghetti sauce au fromage <i>Spaghetti mit Käsesauce</i>	Saumon sauce à l'aneth <i>Lachs mit Dillsauce</i>	Couscous végétarien aux pois chiches <i>Vegetarischer Couscous mit Kichererbsen</i>	Escalope végétarienne aux haricots blanc <i>Vegetarisches Schnitzel aus weißen Bohnen</i>
	Légume	Petits pois <i>Grüne Erbsen</i>	Salade verte <i>Grüner Salat</i>	Haricots beurre <i>Butterbohnen</i>	Légumes couscous <i>Gemüse Couscous</i>	Salade verte <i>Grüner Salat</i>
	Féculent	Riz <i>Reis</i>	* -	Grains de blé <i>Weizenkörner</i>	Semoule <i>Couscous</i>	Purée de pommes de terre <i>Kartoffelpüree</i>



Menu 100% Bio
code LU-BIO-04



Menu Anti-gaspi



Menu Kids

C 3 / S 48

Semaine du 23 novembre au 27 novembre 2026

		LUNDI 23/11/2026	MARDI 24/11/2026	MERCREDI 25/11/2026	JEUDI 26/11/2026	VENDREDI 27/11/2026
Menu végétarien	Protéine	Falafels sauce tomate <i>Falafel mit Tomatensauce</i>	Quiche aux légumes <i>Gemüse-Quiche</i>		Tofu au citron <i>Tofu mit Zitronen</i>	
	Légume	Carottes <i>Möhren</i>	Crudités <i>Rohes Gemüse</i>		Fondue de poireaux <i>Lauchfondue</i>	
	Féculent	Riz <i>Reis</i>	* -		Purée de patate douce <i>Süßkartoffelpüree</i>	
Menu s/viande	Protéine	Falafels sauce tomate <i>Falafel mit Tomatensauce</i>	Quiche au thon <i>Thunfisch-Quiche</i>		Tofu au citron <i>Tofu mit Zitronen</i>	
	Légume	Carottes <i>Möhren</i>	Crudités <i>Rohes Gemüse</i>		Fondue de poireaux <i>Lauchfondue</i>	
	Féculent	Riz <i>Reis</i>	* -		Purée de patate douce <i>Süßkartoffelpüree</i>	

C 3 / S 49

Semaine du 30 novembre au 4 décembre 2026

		LUNDI 30/11/2026	MARDI 01/12/2026	MERCREDI 02/12/2026	JEUDI 03/12/2026	VENDREDI 04/12/2026
Menu végétarien	Protéine	Omelette <i>Omelette</i>	Filet de quorn <i>Quorn Filet</i>	Gnocchi au pesto rouge et pignons de pin <i>Gnocchi mit rotem Pesto und Pinienkernen</i>	Halloumi grillé <i>Gegrilltes Halloumi</i>	"Compose ton wrap" <i>"Stelle deinen Wrap zusammen"</i>
	Légume	Champignons de Paris <i>Champignons</i>	Choucroute <i>Sauerkraut</i>	Salade verte <i>Grüner Salat</i>	Duo de courgettes et carottes <i>Zucchini-Karotten-Duo</i>	(wrap, falafels, crudités, fromage frais) <i>(Wraps, Falafel, Rohes Gemüse, Frischkäse)</i>
	Féculent	Riz basmati <i>Basmatireis</i>	Pommes de terre persillées <i>Petersilien-Kartoffeln</i>	* -	Grains de blé <i>Weizenkörner</i>	Pommes de terre wedges <i>Wedge-Kartoffeln</i>
Menu s/viande	Protéine	Omelette <i>Omelette</i>	Filet de quorn <i>Quorn Filet</i>	Gnocchi au pesto rouge et pignons de pin <i>Gnocchi mit rotem Pesto und Pinienkernen</i>	Poisson blanc grillé <i>Gegrillter Weißfisch</i>	"Compose ton wrap" <i>"Stelle deinen Wrap zusammen"</i>
	Légume	Champignons de Paris <i>Champignons</i>	Choucroute <i>Sauerkraut</i>	Salade verte <i>Grüner Salat</i>	Duo de courgettes et carottes <i>Zucchini-Karotten-Duo</i>	(wrap, falafels, crudités, fromage frais) <i>(Wraps, Falafel, Rohes Gemüse, Frischkäse)</i>
	Féculent	Riz basmati <i>Basmatireis</i>	Pommes de terre persillées <i>Petersilien-Kartoffeln</i>	* -	Grains de blé <i>Weizenkörner</i>	Pommes de terre wedges <i>Wedge-Kartoffeln</i>



Menu 100% Bio
code LU-BIO-04



Menu Anti-gaspi



Menu Kids

C 3 / S 50

Semaine du 7 décembre au 11 décembre 2026

		LUNDI 07/12/2026	MARDI 08/12/2026	MERCREDI 09/12/2026	JEUDI 10/12/2026	VENDREDI 11/12/2026
Menu végétarien	Protéine	Dés de seitan à la sauce tomate <i>Gewürfelte Seitan mit Tomatensauce</i>	Spaghetti sauce tomate et fromage râpé <i>Spaghetti mit Tomatensauce und Käse</i>		Escalope de légumes <i>Gemüsewieners</i>	Curry de pois chiches <i>Kichererbsen-Curry</i>
	Légume	Salsifis <i>Schwarzwurzeln</i>	Crudités <i>Rohes Gemüse</i>		Carottes au miel <i>Karotten mit Honig</i>	Brocolis <i>Brokkoli</i>
	Féculent	Gratin de pommes de terre <i>Kartoffelgratin</i>	* -		Boulgour <i>Bulgur</i>	Riz <i>Reis</i>
Menu s/viande	Protéine	Dés de seitan à la sauce tomate <i>Gewürfelte Seitan mit Tomatensauce</i>	Spaghetti sauce tomate et fromage râpé <i>Spaghetti mit Tomatensauce und Käse</i>		Escalope de légumes <i>Gemüsewieners</i>	Saumon grillé <i>Gegrillter Lachs</i>
	Légume	Salsifis <i>Schwarzwurzeln</i>	Crudités <i>Rohes Gemüse</i>		Carottes au miel <i>Karotten mit Honig</i>	Brocolis <i>Brokkoli</i>
	Féculent	Gratin de pommes de terre <i>Kartoffelgratin</i>	* -		Boulgour <i>Bulgur</i>	Riz <i>Reis</i>

C 3 / S 51

Semaine du 14 décembre au 18 décembre 2026

		LUNDI 14/12/2026	MARDI 15/12/2026	MERCREDI 16/12/2026	JEUDI 17/12/2026	VENDREDI 18/12/2026
Menu végétarien	Protéine		Tagliatelles sauce au fromage <i>Tagliatelle mit Käsesauce</i>	Omelette à la ciboulette <i>Schnittlauch-Omelette</i>	Quorn aux oignons <i>Zwiebel Quorn</i>	Parmentier aux lentilles, champignons et carottes <i>Parmentier mit Linsen, Champignons und Karotten</i>
	Légume		Brocolis <i>Brokkoli</i>	Petits pois <i>Grüne Erbsen</i>	Chou-fleur <i>Blumenkohl</i>	* -
	Féculent		* -	Pommes de terre sautées <i>Bratkartoffeln</i>	Riz <i>Reis</i>	* -
Menu s/viande	Protéine		Tagliatelles, sauce crème au thon <i>Tagliatelle mit Thunfisch-Rahmsauce</i>	Omelette à la ciboulette <i>Schnittlauch-Omelette</i>	Quorn aux oignons <i>Zwiebel Quorn</i>	Parmentier aux lentilles, champignons et carottes <i>Parmentier mit Linsen, Champignons und Karotten</i>
	Légume		Brocolis <i>Brokkoli</i>	Petits pois <i>Grüne Erbsen</i>	Chou-fleur <i>Blumenkohl</i>	* -
	Féculent		* -	Pommes de terre sautées <i>Bratkartoffeln</i>	Riz <i>Reis</i>	* -



Menu 100% Bio
code LU-BIO-04



Menu Anti-gaspi



Menu Kids