



Menus scolaires



Septembre
Octobre 2026



Du 31 août au 4 sept.	LUNDI 31	MARDI 1 ^{er}	JEUDI 3	VENDREDI 4
ENTRÉE		Salade de blé, tomate, concombre et poivron	Tranche de pastèque	Salade verte
PLAT		Omelette  Haricots verts à l'ail	Merlu  sauce basquaise Semoule	Fish burger colin d'Alaska  , sauce tartare Pommes de terre quartier avec peau
FROMAGE LAITAGE		Fromage frais Saint Môret	Fromage frais petit moulé ail et fines herbes	Cheddar
DESSERT		Fruit de saison	Dessert lacté flan saveur vanille nappé caramel	Smoothie de pommes et bananes

Menus* élaborés par une équipe de diététiciennes

 Produits issus de l'agriculture du Grand Est |  Produits issus de l'agriculture biologique |  Produits issus de l'agriculture biologique du Grand Est |  Produits issus de la pêche durable |  Label rouge
 Appellation d'origine protégée, indication géographique | protégée ou appellation d'origine contrôlée
 Commerce équitable

★ Plat avec viande *Plat sans viande*

Du 7 au 11 sept.	LUNDI 7	MARDI 8	JEUDI 10	VENDREDI 11
		MENU CAMPAGNARD "LES TERRES DE JIM" PAIN DE CAMPAGNE		
ENTRÉE	Taboulé	Pâté de foie  * et cornichons *Œuf dur  mayonnaise	Crêpe à l'emmental	Maïs vinaigrette
PLAT	Sauté de bœuf  * jus aux oignons *Dés de colin  sauce curry Carottes  persillées	Pommes de terre  Fromage blanc  aux herbes Salade verte et vinaigrette à l'échalote	Quenelle nature sauce champignons crémée Épinards à la crème	Émincé de dinde  * sauce aigre douce Purée de patate douce et pommes de terre *Flan de patate douce, pomme de terre et mozzarella
FROMAGE LAITAGE	Camembert		Gouda	Cantal 
DESSERT	Fruit de saison	Fruit de saison 	Fruit de saison	Fruit de saison

Du 14 au 18 sept.	LUNDI 14	MARDI 15	JEUDI 17	VENDREDI 18
				AMUSE-BOUCHES : CRÈME PASSION PAIN AUX CÉRÉALES
ENTRÉE	Salade de tomates et vinaigrette à l'huile d'olive colza citron	Salade de betteraves sauce façon Voronoff	Radis et beurre	Houmous brocolis & chips de maïs
PLAT	Colin d'Alaska  au citron persillé Ratatouille et boulgour	Sauté de bœuf  * sauce tomate Pommes de terre persillées *Fricassée de lentilles, légumes et pommes de terre	Jambon blanc  * de porc Coquilles à l'épeautre  *Coquilles à l'épeautre  sauce fromage à tartiflette et cantal	Pizza  au fromage Salade verte
FROMAGE LAITAGE	Fromage frais Fraidou	Fromage fondu  La Vaillotte	Emmental râpé	Yaourt nature  et crème passion
DESSERT	Purée de pommes 	Fruit de saison	Ile flottante et crème anglaise	Fruit de saison

Du 21 au 25 sept.	LUNDI 21	MARDI 22	JEUDI 24	VENDREDI 25
ENTRÉE	Pastèque	Tartinable de haricots rouges épices mexicaines	Accras de morue	Concombre fromage frais ail et fines herbes
PLAT	Boulettes de bœuf  * sauce provençale *Boulette de sarrasin, lentilles et légumes Jardinière de légumes et pommes de terre	Couscous végétal cinq légumes, pois chiches et raisins secs	Sauté de veau  * marengo Gratin de courgettes *Clafoutis de courgettes, pommes de terre et mozzarella	Dés de colin d'Alaska  sauce bretonne (crème, champignons, poireaux) Haricots verts persillés
FROMAGE LAITAGE	Fromage frais Petit Moulé	Fromage fondu Picon	Edam	Fromage frais  Chanteneige
DESSERT	Coupelle de purée de pomme kiwi	Fruit de saison	Fruit de saison	Cake à la noix de coco

Du 28 sept. au 2 oct.	LUNDI 28	MARDI 29	JEUDI 1 ^{er}	VENDREDI 2
ENTRÉE	Céleri rémoulade	Carottes râpées  et vinaigrette	Salade de tomates, vinaigrette moutarde	Œuf dur  sauce cocktail
PLAT	Merlu  sauce pomme curry crémée Chou fleur et pommes de terre en béchamel	Sauté de porc  * sauce moutarde à l'ancienne Lentilles mijotées  *Parmentier de lentilles vertes	Parmentier de saumon 	Riz  pois chiches et épinards  tandoori
FROMAGE LAITAGE	Yaourt nature  Sucre de canne 	Brie 	Fromage blanc Sucre de canne 	Munster 
DESSERT	Fruit de saison	Crème dessert chocolat 	Éclair parfum chocolat	Fruit de saison

Du 5 au 9 oct.	LUNDI 5	MARDI 6	JEUDI 8	VENDREDI 9
ENTRÉE	Emmental'cake	Salade iceberg	Céleri  rémoulade	Salade de betteraves vinaigrette à la moutarde
PLAT	Émincé de dinde*  au caramel *Quenelle sauce provençale Haricots verts persillés	Sauté de bœuf  * façon orientale (tomate, carotte, oignon, quatres épices) Semoule *Semoule sauce tajine et pois chiches	Merlu  sauce citron Petits pois mijotés	Pommes de terre  sauce butternut carotte pois chiches
FROMAGE LAITAGE	Fromage frais Petit Louis	Mimolette	Yaourt nature  Sucre de canne 	Coulommiers 
DESSERT	Fruit de saison	Dessert lacté gélifié savour vanille	Beignet aux pommes	Fruit de saison

Du 12 au 16 oct.	LUNDI 12	MARDI 13	JEUDI 15	VENDREDI 16
	ANIMATION AUTOUR DU PAIN	ANIMATION AUTOUR DU PAIN	ANIMATION AUTOUR DU PAIN	ANIMATION AUTOUR DU PAIN
ENTRÉE	Salade verte et croûtons	Pain bruschetta, mayonnaise  pesto rosso, oeuf, salade	Carottes râpées  et vinaigrette	Rillettes de sardine, céleri et pain navette
PLAT	Orge perlé  sauce tomate au thon  et lentilles blondes	Nuggets de blé Ratatouille à la niçoise et semoule	Sauté de bœuf  * sauce barbecue Purée de potiron et pommes de terre *Fondant au potiron épice au gingembre	Omelette  Pâtes 
FROMAGE LAITAGE	Petit fromage frais nature au lait entier Sucre 	Saint-Nectaire 	Fromage frais Cantadou ail et fines herbes	Plateau de fromages
DESSERT	Coupelle de purée pommes et bananes  et pain d'épices	Liégeois savor chocolat	Pudding	Fruit de saison

Allo Mairie

0 800 891 891

Service & appel
gratuits

metz.fr/monespacefamille