

Les Gourmends Disent...

**MENU
SEPTEMBRE
2025**

PIERRARD



CHERS PARENTS, CHERS ÉLÈVES,

TOUTE L'ÉQUIPE DES GOURMANDS DISENT VOUS SOUHAITE UNE EXCELLENTE ANNÉE SCOLAIRE 2025-2026, PLEINE DE DÉCOUVERTES, DE RÉUSSITE ET DE BONS REPAS !

NOUS METTONS TOUT EN ŒUVRE CHAQUE JOUR POUR PROPOSER AUX ENFANTS DES PLATS ÉQUILIBRÉS, VARIÉS ET SAVOUREUX, PRÉPARÉS AVEC SOIN DANS NOTRE CUISINE À PARTIR DE PRODUITS DE QUALITÉ, SOUVENT ISSUS DE PRODUCTEURS LOCAUX.

CETTE ANNÉE ENCORE, NOUS AVONS CONÇU PLUSIEURS FORMULES DE MENUS POUR RÉPONDRE AUX ATTENTES ET AUX HABITUDES DE CHAQUE ÉTABLISSEMENT :

- > AVEC OU SANS ENTRÉE**
- > AVEC OU SANS FRITE**
- > AVEC OU SANS DESSERT GLACÉ EN FONCTION DES ÉQUIPEMENTS DES ÉCOLES (DANS LES ÉCOLES NE DISPOSANT PAS DE CONGÉLATEUR, UN DESSERT ALTERNATIF ADAPTÉ SERA PROPOSÉ.)**
- > AUTRES ADAPTATIONS SELON LES BESOINS SPÉCIFIQUES**

CES POSSIBILITÉS NOUS PERMETTENT DE NOUS ADAPTER AU MIEUX AUX EXIGENCES DE LA CANTINE DANS LAQUELLE VOTRE ENFANT EST INSCRIT, TOUT EN GARANTISSANT UNE QUALITÉ ET UNE FRAÎCHEUR OPTIMALES.

NOUS VOUS REMERCIONS DE VOTRE CONFIANCE ET RESTONS À VOTRE ÉCOUTE TOUT AU LONG DE L'ANNÉE.

**BON APPÉTIT ET BONNE RENTRÉE À TOUTES ET À TOUS !
L'ÉQUIPE DES GOURMANDS DISENT**



LES ENTRÉES AINSI QUE LES DESSERTS SONT PRÉSENTÉS SOUS FORME DE BUFFET TOUS LES JOURS



LÉGENDE

UN PETIT MOT SUR NOS MENUS :

SUR CHAQUE MENU, VOUS RETROUVEREZ DE PETITS DESSINS PLACÉS À CÔTÉ DE CERTAINS PLATS.

ILS SONT LÀ POUR VOUS INFORMER SIMPLEMENT ET CLAIREMENT SUR :

✓ LA PROVENANCE DE NOS PRODUITS

🌿 LA QUALITÉ OU LES ENGAGEMENTS LIÉS À LEUR PRODUCTION

💡 OU ENCORE POUR VOUS DONNER QUELQUES INFOS UTILES SUR LES INGRÉDIENTS UTILISÉS.

👉 VOICI LA SIGNIFICATION DE CHACUN D'EUX :



LA VIANDE VIENT DIRECTEMENT DES FERMES DE LA RÉGION VIA UNE BOUCHERIE DE CONFIANCE OU DES COOPÉRATIVES AGRICOLES ENGAGÉES POUR UNE ALIMENTATION DE QUALITÉ !



NOS PRODUITS LAITIERS SONT FABRIQUÉS DANS DE PETITES EXPLOITATIONS LOCALES, AVEC SOIN ET PASSION, TOUT PRÈS DE CHEZ VOUS !



PLAT VÉGÉTARIEN



NOUS PROPOSONS DE LA VOLAILLE FRANÇAISE AUTANT QUE POSSIBLE



NOUS AIDONS LES ÉLÈVES À DÉCOUVRIR LES SAISONS EN PROPOSANT DES MENUS ADAPTÉS AUX PRODUITS DE CHAQUE PÉRIODE DE L'ANNÉE.



LE POISSON QUE NOUS SERVONS EST ISSU DE LA PÊCHE DURABLE, POUR RESPECTER LA MER ET PRÉSERVER LES RESSOURCES.



CÉRÉALES PROVENANT DE PRODUCTEURS LOCAUX



LES INFORMATIONS IMPORTANTES SONT INDIQUÉES LÀ OÙ VOUS VOYEZ CE LOGO !

Les 14 allergènes majeurs



1 Présent dans les céréales comme le blé, l'épeautre, le seigle ou l'orge. On le retrouve dans le pain, les pâtes ou les sauces épaissies.



8 Noix, noisettes, amandes, pistaches... utilisées dans les pâtisseries, les pestos, ou les pains spéciaux.



2 Crevettes, crabes, langoustines... souvent utilisés dans les plats asiatiques, les soupes de poissons ou les sauces.



9 Peut être utilisé cru (en salade) ou cuit (dans les soupes, sauces ou fonds). Parfois présent dans les bouillons en poudre.



3 Utilisés dans les quiches, les gâteaux, les pâtes, les sauces comme la mayonnaise ou certaines panures.



10 Se retrouve dans les vinaigrettes, sauces, marinades, et parfois en poudre dans des plats cuisinés.



4 Retrouvé dans les plats de poisson, mais aussi dans certaines sauces, bouillons ou produits transformés comme le surimi.



11 Souvent sous forme de graines dans les pains, crackers, houmous ou sauces asiatiques



5 Cacahuètes et leurs dérivés (beurre de cacahuète, huile...). Très présents dans les plats exotiques ou les produits industriels.



12 Utilisés comme conservateurs dans les fruits secs, le vinaigre, certains jus ou les charcuteries.



6 Base de nombreux produits végétaux (tofu, sauces asiatiques, boissons...). Il peut aussi se cacher dans certaines sauces ou produits transformés.



13 Légumineuse parfois utilisée dans les pains ou préparations sans gluten.



7 Présent dans le lait, les fromages, les yaourts, la crème... mais aussi dans de nombreuses préparations sucrées et salées.



14 Moules, huîtres, escargots... et parfois présents dans les soupes de poissons ou sauces aux fruits de mer.



P Certains de nos plats contiennent de la viande de porc, comme le jambon, les lardons, la saucisse ou le pâté, ...

Pour que chacun puisse faire son choix en toute confiance, la lettre "P" est ajoutée dans nos menus lorsqu'un plat en contient.

MENU DU 1 AU 5 SEPTEMBRE

Lundi 1



CHAUSSON DE DINDE, (1-7)
HARICOTS VERTS LARDONS
PÂTES (1-3-7) (7-P)

GOÛTER: FRIAND ABRICOTS

SOUPER: PANINI ITALIEN

Mardi 2



COLIN AUX PETITS LÉGUMES,
FRITES (1-2-3-4-7-12)

GOÛTER: PAIN AU CHOCOLAT

SOUPER: LASAGNE BOLOGNAISE

3



LES
GOURMANDS
DISENT

Mercredi



OMELETTE, (3-7)
JARDINIÈRE DE LÉGUMES (7)

GOÛTER: TWIX

SOUPER: SANDWICH
GAUMAIS/THON/CURRY



Jeudi 4

PÂTES CARBONARA
(1-3-7-9-P)

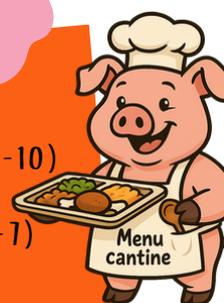
GOÛTER: CAKE

SOUPER: NUGGETS FRITES

Vendredi 5



EMINCÉ DE PORC À LA
PROVENÇALE, (1-9-10)
PDT RISSOLÉES (1-7)



MENU DU 8 AU 12 SEPTEMBRE

Lundi 8



COUSCOUS (1-7)
MERGUEZ, PILON (1-3-7)



Mardi 9

(1-7-10-12-P)

BOULETTE, SAUCE BRUNE
FRITES
PETITS POIS, CAROTTES (7)

GOÛTER: PAIN AU LAIT
SOUPER: FOCCACIA

GOÛTER: ESCARGOT RAISIN
SOUPER: RAVIOLIS GRATINÉS



LES
GOURMANDS
DISENT

10

Mercredi



BOEUF BOURGUIGNON,
RIZ (1-7-10-P)



GOÛTER: BUENO CHOCO
SOUPER: SANDWICH
DAGO/CRABE/PITTA

Jeudi 11



CROUSTILLANT FROMAGE (1-3-6-7-8-9)
SALADE DE TOMATES
ECRASÉ DE PDT (3-7)



Vendredi 12



CÔTE DE PORC SC BÉARNAISE (P)
GALETTE DE PDT (1)
CHOU ROUGE



GOÛTER: MUFFIN
SOUPER: BURGER ET FRITES



MENU DU 15 AU 19 SEPTEMBRE

Lundi 15



BRANDADE DE LA MER
SALADE
(1-3-4-7-12)

GOÛTER: FRANGIPANE

SOUPER: FOCCACIA

Mardi 16



PETIT SAUCISSE, SC (1-7-10-P)
EPEAUTRE (1)
GRATIN DE COURGETTES (7)

GOÛTER: BRIOCHE AU SUCRE

SOUPER: NACHOS



LES
GOURMANDS
DISENT

17

Mercredi



NAVARIN D'AGNEAU (1-7-10)
FLAGEOLETS, CAROTTES (7)

GOÛTER: BOUNTY

SOUPER: SANDWICH
CRABE/USA/DAGO

Jeudi 18



POULET RÔTI,
COMPOTE DE POMMES
FRITES

GOÛTER: COOKIES

SOUPER: PANINI

Vendredi 19



TORTELLINIS FARCIS (1-3-7)
SAUCE 4 FROMAGES (1-7)
FROMAGE RÂPÉ (7)

MENU DU 22 AU 26 SEPTEMBRE

Lundi 22



KÉBAB DE VOLAILLE (7)
CRUDITÉS, SC À L'AIL (3-7)
FRITES

GOÛTER: MADELEINE

SOUPER: SALADE CÉSAR

Mardi 23



LASAGNE BOLOGNAISE PUR
BŒUF (1-3-7-9)

GOÛTER: HUIT À LA CRÈME

SOUPER: TARTIFLETTE



LES
GOURMANDS
DISENT

24

Mercredi

EMINCÉ DE BŒUF À LA THAÏ
NOUILLES CHINOISES
(1-6-9-10-11)

GOÛTER: MARS
SOUPER: SANDWICH POULET
POIVRE/GAUMAIS/FROMGE
BEURRE



Jeudi 25

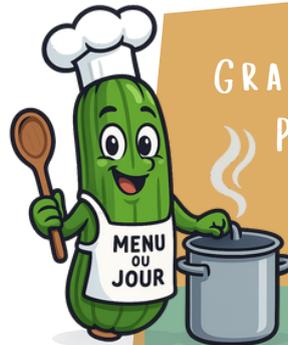


PAELLA TERRE ET MER
(1-2-4-7-9-12-14-P)

GOÛTER: MUFFIN

SOUPER: PÂTES PAYSANNES

Vendredi 26



GRATIN DE COURGETTE ET
PDT AU POULET ET
LARDONS
(1-3-7-P)