



Louans  
Menus du 29/08/2022 au 02/09/2022



Menu de la semaine

Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

\*\*\* Menu de rentrée \*\*\*

Tranche de pastèque



Hot Dog (volaille)

Pain à Hot Dog

Frites au four

 Ketchup du chef




Fromage frais Petit Moulé



Compote de pommes et bananes  
allégée en sucre

Salade de blé et concombre à la  
menthe  
vinaigrette moutarde



 Hoki pdu sauce bercy (persil,  
échalote)

Purée de courgettes et pommes  
de terre



Yaourt aromatisé



Fruit frais

Bon Appétit

inspirations  
Sogeres



Pêche durable



Plat du chef

la cantine pas pareille



Louans  
Menus du 05/09/2022 au 09/09/2022



Menu de la semaine

Lundi

Concombre et maïs  
vinaigrette moutarde

Dahl de lentilles corail et riz


Yaourt nature sucré

Compote de pommes et bananes  
allégée en sucre

Mardi

Salade de betteraves

Sauté de boeuf sauce dijonnaise  
(moutarde)

 Carottes fraîches et boulgour  
bio

Yaourt aromatisé

Fruit frais

Mercredi

Jeudi

Carottes râpées

Quenelle nature sauce crème au  
gratin

Riz aux petits légumes

Petit fromage frais sucré

SMOOTHIE POMME, PECHE

Vendredi

Feuilleté au fromage fondu

Marmite de colin mode honfleur  
(fruits de mer et sauce crème)

Haricots verts

Fromage frais Petit Moulé ail et  
fines herbes

Fruit frais

Bon Appétit

inspirations  
Sogeres



Agriculture  
Biologique

la cantine pas pareille



Louans  
Menus du 12/09/2022 au 16/09/2022



Menu de la semaine

Lundi

COQUILLETTE AU PESTO  
(ASST OK) (ENTREE)

Cordon bleu de volaille  
Purée Dubarry (chou fleur et  
pommes de terre)

Fromage blanc au miel et aux  
épices

Fruit frais

Mardi

Crêpe aux champignons

Jambon blanc  
Brocolis sauce béchamel

Yaourt aromatisé

Mousse au chocolat au lait

Mercredi

Jeudi

Cour'slaw (carotte, courgette,  
sauce coleslaw)

Hachis parmentier du chef  
(Boeuf charolais et purée de pdt  
BIO)

Camembert

Cubes de pêche au sirop

Vendredi

\*\*\* Amuse-bouche : Vieux  
Gouda (pétale) \*\*\*

Salade de riz niçoise  
VIEUX GOUDA (PETALE)

Filet de merlu PMD sauce  
bretonne

Poireaux aux herbes  
Pommes de terre sautées

Fromage blanc aromatisé

Fruit frais

Bon Appétit

inspirations  
Sogeres



Charolais



Plat du chef

la cantine pas pareille






Louans  
Menus du 19/09/2022 au 23/09/2022



Menu de la semaine

Lundi

Oeuf dur  
 Sauce cocktail du chef  
 Dauphinois de courgettes et  
 pommes de terre au basilic  
 Fromage frais Petit Moulé  
 Choux à la crème

Mardi

Carottes râpées  
 Boulettes au mouton sauce  
 menthe façon orientale  
 Macaroni  
 Tomme blanche  
 Fruit frais

Mercredi

Jeudi

\*\*\* Les pas pareilles : tartine  
 chèvre, poivron rouge et basilic  
 du chef \*\*\*  
 Emincé de dinde façon fermière  
 Semoule  
 Petit fromage frais aux fruits  
 Fruit frais

Vendredi

Concombre et maïs  
 Pavé de colin d'Alaska PMD  
 sauce niçoise (tomate, olive,  
 basilic, câpres)  
 Ratatouille et pâtes  
 Emmental  
 Ile flottante

Bon Appétit



Plat du chef

inspirations  
Sogeres

la cantine pas pareille



Louans  
Menus du 26/09/2022 au 30/09/2022



Menu de la semaine

Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

Radis  
Beurre demi sel

Dés de poisson PMD sauce aux  
fines herbes  
Torti tricolores

Fromage frais Petit Moulé

Fruit frais

Emincé de chou blanc

OMELETTE NATURE

 Fusilli bio

BASE ASSAISONNEMENT  
CUMIN (ACCOMP. LEGUME)

Gouda

Compote de pommes et vanille  
allégée en sucre

Salade de haricots beurre à  
l'échalote

Mélange boulgour brocolis maïs et  
haricots rouges


Fromage fondu Vache qui rit

Fruit frais

vinaigrette moutarde  
Salade de tomates

Beignets de calamar  
sauce tartare  
Légumes du jardin (haricots plats,  
maïs, chou fleur)

Yaourt nature sucré

 Gâteau poire chocolat maison

Bon Appétit

inspirations  
Sogeres

la cantine pas pareille



Agriculture  
Biologique



Plat du chef