













# LE CASTERA

Semaine n°02 : du 5 au 9 Janvier 2026

Épiphanie

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI
 ENTRÉE	Betterave nature 	Pommes de terre échalote 	Salade des incas 	Salade fantaisie 	<b>Pâté de foie</b> <i>S/viande s/porc : p. de terre sauce tartare</i>
 PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Lasagnes à la bolognaise <i>S/viande : Lasagne saumon</i>	Sauté de dinde sauce paprika <i>S/viande : croq végétarien</i>	<b>Rôti de porc au jus</b> <i>S/viande s/porc : omelette</i>	<i>Couscous de légumes BIO (aromates non bio)</i> 	Colin d'Alaska sauce agrumes 
 PRODUIT LAITIER	Saint Paulin	Saint morêt 	Yaourt nature sucré	Fraidou	Petit moulé ail et fines herbes
 DESSERT	Liégeois chocolat	Clémentine	Pomme	<b>Galette des rois</b>	Kiwi 







TOUT SAVOIR SUR NOS RECETTES

**Salade des incas** : riz, carotte, maïs  
**Salade western**: maïs, haricot rouge, poivron, persil  
**Salade fantaisie** : céleri pomme, raisin

P.A. n°3

Semaine n°03 : du 12 au 16 Janvier 2026

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI
 ENTRÉE	Chou rouge et raisins vinaigrette	Céleri rémoulade 	Salade western	Carottes râpées vinaigrette	Taboulé (semoule BIO)
 PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Sauté de bœuf aux oignons  <i>S/viande : tarte aux légumes</i>	<b>Saucisse de Toulouse</b> <i>S/viande S/porc : tortilla</i>	Pizza au fromage	<b>RIZ BIO à la cantonnaise</b> 	Colin d'Alaska pané 
 PRODUIT LAITIER	Yaourt nature sucré 	Mimolette	Coulommiers	Edam	Fondu président
 DESSERT	Pomme	Flan vanille	Banane 	Purée pomme mangue	Poire



Le picto BIO indique une recette respectant les exigences du règlement CE n°889/2008. Pour les recettes contenant moins de 100% de produits BIO, l'ingrédient BIO sera précisé dans le libellé du plat.

Les labels de qualité (sauf BIO) concernent l'ingrédient majoritaire de la recette.

P.A. n°4



Bleu Blanc Cœur



Plat végétarien



Label rouge



Viande/Œuf de France



Pêche responsable



Ansamble

UNE ALIMENTATION SAIN & NATURELLE  
AU PLUS PRÈS DES TERRITOIRES



# LE CASTERA

Semaine n°04 : du 19 au 23 Janvier 2026



VEGETARIEN  
VENDREDI



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VEGETARIEN VENDREDI
<b>ENTRÉE</b>	Salade de pâtes tricolore (pâtes BIO)	Radis blanc rémoulade	Salade verte nature	<b>Chou chinois vinaigrette au citron</b>	Salade de pommes de terre échalote
<b>PLAT &amp; ACCOMPAGNEMENT</b>	Parmentier de bœuf au potiron <i>S/viande : parmentier de poisson au potiron</i>	Colin d'Alaska sauce safranée	Tajine de légumes aux pois chiche, raisins secs	<b>Sauté de porc au gingembre et miel</b> <i>S/viande s/porc : Colin d'Alaska gingembre et miel</i>	<b>Bouchées de blé panées</b>
	***	Blé	et Semoule BIO	<b>Nouilles à la chinoise</b>	<b>Haricots beurre braisés</b>
<b>PRODUIT LAITIER</b>	Fromage frais sucré	Gouda	Pont-l'Evêque	<b>Fraidou</b>	Yaourt aromatisé
<b>DESSERT</b>	Orange	Pomme	<b>Mousse au chocolat</b> <i>S/viande : Liégeois chocolat</i>	<b>Moelleux coco ananas</b>	Banane

TOUT SAVOIR SUR NOS RECETTES

Salade de pâtes tricolore : pâtes, poivron, olive  
Salade fantaisie : céleri pomme, raisin  
Duo d'hiver : radis blanc, carotte râpée

P.A. n°5

Semaine n°05 : du 26 au 30 Janvier 2026

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	VEGETARIEN JEUDI	VENDREDI
<b>ENTRÉE</b>	Crêpe au fromage	Chou fleur vinaigrette	Taboulé	Salade fantaisie	Duo d'hiver vinaigrette aux agrumes (carotte BIO)
<b>PLAT &amp; ACCOMPAGNEMENT</b>	Emincé de poulet sauce suprême <i>S/viande : omelette</i>	Sauté de bœuf au jus <i>S/viande : croq végétarien</i>	<b>Quiche Lorraine</b> <i>S/viande S/porc : Tarte au fromage</i>	<b>Chili sin carne</b>	Parmentier de poisson
	Carottes BIO braisées	Penne rigate	Poêlée de légumes	<b>(riz BIO)</b>	***
<b>PRODUIT LAITIER</b>	Yaourt nature sucré	Mimolette	Vache qui rit	Fromage frais aux fruits	Camembert
<b>DESSERT</b>	Clémentine	Pomme	Onctueux vanille	Cookie	Kiwi

Le picto BIO indique une recette respectant les exigences du règlement CE n°889/2008. Pour les recettes contenant moins de 100% de produits BIO, l'ingrédient BIO sera précisé dans le libellé du plat.

Les labels de qualité (sauf BIO) concernent l'ingrédient majoritaire de la recette.

P.A. n°1



Bleu Blanc Cœur



Plat végétarien



Label rouge



Viande/Œuf de France



Pêche responsable



UNE ALIMENTATION SAINES & NATURELLE  
AU PLUS PRÈS DES TERRITOIRES



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI
ENTRÉE	Salade verte nature	Carottes râpées vinaigrette	Salade antillaise	Chou chinois	Macédoine de légumes
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	<b>Pomme de terre à la savoyarde</b> S/viande : nuggets de blé s/porc : Pomme de terre à la savoyarde sans porc	Colin d'Alaska meunière	Tortilla	<b>Tandoori de légumes aux pois chiches et risetti</b>	Goulash de bœuf S/viande : croq végétarien
	*** S/viande : pommes de terre béchamel s/porc : ***	Epinars béchamel	Haricots verts braisés	***	Semoule
PRODUIT LAITIER	Fraidou	Fromage frais sucré	Yaourt aromatisé	Gouda	Brie
DESSERT	Poire	Crêpe de la chandeleur	Banane	Clémentine	Crème dessert caramel

TOUT SAVOIR SUR NOS RECETTES

Salade antillaise : riz, poivron, ananas  
Salade pastourelle : pâte, poivron, tomate  
Semoule fantaisie : semoule, tomate, maïs

P.A. n°2



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI
ENTRÉE	Salade pastourelle	Tarte butternut	Salade de pommes de terre échalote	Salade verte	Semoule fantaisie
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Poulet rôti S/viande : tarte au fromage	Curry de lentilles corail	<b>Sauté de porc au caramel</b> S/viande s/porc : nuggets de blé	Coquillettes à la bolognaise BIO (oignons non bio) S/viande : omelette sauce basquaise	Colin d'Alaska sauce bretonne
	Petits pois au jus	<b>RIZ BIO</b>	Chou-fleur béchamel	*** S/viande : coquillettes	Carottes braisées
PRODUIT LAITIER	Emmental	Petit moulé nature	Yaourt nature sucré	Fromage frais au sel de Guérande	Tomme blanche
DESSERT	Kiwi	Liégeois chocolat	Pomme	Purée pomme vanille	Clémentine

Le picto BIO indique une recette respectant les exigences du règlement CE n°889/2008. Pour les recettes contenant moins de 100% de produits BIO, l'ingrédient BIO sera précisé dans le libellé du plat.

Les labels de qualité (sauf BIO) concernent l'ingrédient majoritaire de la recette.

P.A. n°3



Bleu Blanc Cœur



Plat végétarien



Label rouge



Viande / Œuf de France



Pêche responsable






UNE ALIMENTATION SAINE & NATURELLE AU PLUS PRÈS DES TERRITOIRES

# LE CASTERA

Semaine n°08 : du 16 au 20 Février 2026












	LUNDI	MARDI 	MERCREDI	JEUDI <b>VEGETARIEN</b>	VENDREDI
 ENTRÉE	Salade verte nature 	Carotte râpée BIO ciboulette	Salade de pâtes tricolore (pâtes BIO)	Chou blanc vinaigrette au miel	Salade des incas BIO
 PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Hachis Parmentier  <i>S/viande : parmentier de poisson</i>	Emincé de dinde sauce crème oignons  <i>S/viande : feuilleté au fromage</i>	Saucisse de Toulouse <i>S/viande s/porc : omelette</i>	Tajine de légumes 	Beignets de poisson 
	***	Haricots verts braisés	Petits pois au jus	Semoule BIO (aromates non BIO)	Epinards béchamel
 PRODUIT LAITIER	Yaourt aromatisé	Saint-Paulin	Bûchette mi chèvre	Edam	Vache qui rit
 DESSERT	Pomme	Beignet de Mardi gras	Kiwi	Crème caramel	Cocktail de fruits

TOUT SAVOIR SUR NOS RECETTES

Salade de pâtes tricolore :  
pâtes, poivron, olive  
Duo d'hiver : carotte, radis  
blanc  
Boullgour à la marocaine :  
boullgour, pois chiches,  
carotte, cumin, coriandre,  
citron

P.A. n°4

Semaine n°09 : du 23 au 27 Février 2026

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI <b>VEGETARIEN</b>	VENDREDI
 ENTRÉE	Céleri rémoulade	Macédoine mayonnaise	Duo d'hiver vinaigrette aux agrumes (carotte BIO)	Salade verte aux croustons nature	Salade de BOULGOUR BIO à la marocaine 
 PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Sauté de bœuf stroganoff  <i>S/viande : tortilla</i>	Blanquette de colin  d'Alaska	Raviolis à la volaille (plat complet) <i>S/viande : raviolis aux légumes</i>	Croq blé fromage épinard 	Chou-fleur à la parisienne <i>S/viande : Crêpe au fromage s/porc : Chou-fleur à la parisienne sans porc</i>
	Carottes BIO braisées	Riz créole 	***	Penne rigate	*** <i>S/viande : chou-fleur béchamel s/porc : ***</i>
 PRODUIT LAITIER	Yaourt nature sucré	Mimolette	Camembert	Petit moulé ail et fines herbes	Gouda
 DESSERT	Gaufre au sucre	Orange	Crème dessert chocolat	Purée pomme	Poire

Le picto BIO indique une recette respectant les exigences du règlement CE n°889/2008. Pour les recettes contenant moins de 100% de produits BIO, l'ingrédient BIO sera précisé dans le libellé du plat.

Les labels de qualité (sauf BIO) concernent l'ingrédient majoritaire de la recette.

P.A. n°5



Bleu Blanc Cœur



Plat végétarien



Label rouge



Viande/Œuf de France



Pêche responsable















Ansamble

UNE ALIMENTATION SAINE & NATURELLE  
AU PLUS PRES DES TERRITOIRES

# LE CASTERA

Semaine n°10 : du 2 au 6 Mars 2026

Vacances scolaires

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDEDI
 ENTRÉE	Salade de pâtes BIO au pesto	Carottes râpées vinaigrette	Salade western	Chou blanc vinaigrette	Salade fantaisie
 PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Colombo de volaille  <i>S/viande : beignets de poisson</i>	Boulettes au bœuf sauce napolitaine  <i>S/viande : croq à l'italienne</i>	Omelette	Parmentier de potiron et lentilles corail 	Colin d'Alaska sauce crème aneth 
	Haricots verts braisés	Riz créole 	Epinards béchamel	***	Semoule 
 PRODUIT LAITIER	Saint Paulin	Brie	Fromage frais aux fruits	Yaourt nature sucré 	Emmental
 DESSERT	Pomme	Purée pomme agrumes	Banane 	Moelleux chocolat	Liégeois vanille











TOUT SAVOIR SUR NOS RECETTES

Salade fantaisie : céleri, pomme, raisin  
Salade western : maïs, haricot rouge, poivron et persil

P.A. n°1

Semaine n°11 : du 9 au 13 Mars 2026

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDEDI
 ENTRÉE	Salade verte aux croutons nature	Taboulé (semoule BIO)	Chou rouge vinaigrette	Potage de potiron ou Carottes râpées 	Haricots verts vinaigrette 
 PLAT & ACCOMPAGNEMENT	<b>Macaronis BIO carbonara</b> <i>S/viande : omelette</i> <i>S/porc : Macaronis BIO carbonara volaille</i>	Colin d'Alaska pané	<b>Riz BIO à la cantonnaise</b> <i>S/porc S/viande : Riz BIO cantonnais sans viande</i>	Blé 	Goulash de bœuf  <i>S/viande : croq à l'italienne</i>
	*** <i>S/viande : Macaronis BIO</i> <i>S/porc : ***</i>	Carottes braisées	***	aux haricots rouges à la mexicaine	Purée de brocolis
 PRODUIT LAITIER	Fromage blanc aux fruits	Yaourt aromatisé	Fromage frais sucré	Fondu président	Gouda
 DESSERT	Madeleine	Poire	Pomme	Purée pomme fraise	Flan nappé caramel

Le picto BIO indique une recette respectant les exigences du règlement CE n°889/2008. Pour les recettes contenant moins de 100% de produits BIO, l'ingrédient BIO sera précisé dans le libellé du plat.

Les labels de qualité (sauf BIO) concernent l'ingrédient majoritaire de la recette.

P.A. n°2



Bleu Blanc Cœur



Plat végétarien



Label rouge



Viande / Œuf de France



Pêche responsable



UNE ALIMENTATION SAINE & NATURELLE  
AU PLUS PRÈS DES TERRITOIRES



# LE CASTERA

Semaine n°12 : du 16 au 20 Mars 2026



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI
<b>ENTRÉE</b>	Salade de riz fantaisie	Salade coleslaw	Pommes de terre échalote	Taboulé égyptien	Crêpe au fromage
<b>PLAT &amp; ACCOMPAGNEMENT</b>	Poulet rôti <i>S/viande : nuggets de blé</i>	Raviolis de volaille <i>S/viande : Raviolis de légumes</i>	<b>Rôti de porc au jus</b> <i>S/viande S/porc : omelette</i>	<b>Faboulettes à la patate douce BIO</b>	Colin d'Alaska sauce tomate
	Haricots verts braisés	***	Petits pois au jus	<b>Purée de carottes au cumin</b>	Epinards béchamel
<b>PRODUIT LAITIER</b>	Edam	Coulommiers	Saint Morêt	Yaourt nature sucré	Fromage frais au sel de Guérande
<b>DESSERT</b>	Pomme	Liégeois chocolat	Kiwi	Sablé amande citron	Poire

**TOUT SAVOIR SUR NOS RECETTES**

Salade antillaise : riz, poivron, ananas  
 Salade de perles à l'italienne : perles, olive, tomate  
 Taboulé égyptien : semoule, tomate, poivron, coriandre  
 Salade coleslaw : carottes, chou blanc, mayonnaise

P.A. n°3

Semaine n°13 : du 23 au 27 Mars 2026

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI
<b>ENTRÉE</b>	Betterave ciboulette nature	Céleri rémoulade	Salade verte	Radis beurre	<b>Saucisson à l'ail</b> <i>S/viande S/porc : œuf dur mayonnaise</i>
<b>PLAT &amp; ACCOMPAGNEMENT</b>	Sauté de bœuf marengo <i>S/viande : croq végétarien</i>	<b>Cassoulet</b> <i>S/viande : Colin pané s/porc : cassoulet sans porc</i>	Nuggets de volaille	<b>Dahl de pois chiche</b>	Colin d'Alaska sauce citron
	Poêlée de légumes	*** <i>S/viande : haricots blancs S/porc : ***</i>	Tortis	<b>RIZ BIO</b>	Carottes crème curcuma
<b>PRODUIT LAITIER</b>	Yaourt aromatisé	Emmental	Gouda	Saint Nectaire	Petit moulé ail et fines herbes
<b>DESSERT</b>	Pomme	Crème dessert caramel	Purée pomme	Tarte aux poires	Orange

Le picto BIO indique une recette respectant les exigences du règlement CE n°889/2008. Pour les recettes contenant moins de 100% de produits BIO, l'ingrédient BIO sera précisé dans le libellé du plat.

Les labels de qualité (sauf BIO) concernent l'ingrédient majoritaire de la recette.

P.A. n°4



Bleu Blanc Cœur



Plat végétarien



Label rouge



Viande/Œuf de France



Pêche responsable



UNE ALIMENTATION SAINE & NATURELLE  
AU PLUS PRÈS DES TERRITOIRES

# LE CASTERA

Semaine n°14 : du 30 Mars au 3 Avril 2026



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDEDI
<b>ENTRÉE</b>	Carottes râpées vinaigre	Macédoine mayonnaise	Concombre nature	Salade des incas	Chou blanc vinaigrette au miel
<b>PLAT &amp; ACCOMPAGNEMENT</b>	Goulash de bœuf <i>S/viande : tortilla</i>	<b>Rôti de porc à l'ancienne</b> <i>S/viande s/porc : nuggets de blé</i>	Emincé de poulet sauce crème curry <i>S/viande : Colin d'Alaska sauce curry</i>	<b>Croq blé épinards fromage</b>	Marmite de poisson
	Purée de patate douce	Lentilles au jus	Coquille	Haricots beurre braisés	Blé
<b>PRODUIT LAITIER</b>	Fromage frais aux fruits	Fondu président	Camembert	Saint Paulin	Yaourt sucré
<b>DESSERT</b>	Madeleine	Pomme	Fromage blanc au coulis de fraise	Purée de pomme	Banane

**TOUT SAVOIR SUR NOS RECETTES**

Salade des incas : riz, maïs, carotte  
Salade arlequin : pomme de terre, maïs, petits pois

P.A. n°5

Semaine n°15 : du 6 au 10 Avril 2026

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDEDI
<b>ENTRÉE</b>		Betterave nature	Salade de coquillettes BIO au basilic	Salade verte	Salade arlequin
<b>PLAT &amp; ACCOMPAGNEMENT</b>		Chili sin carne	Tortilla	Lasagnes bolognaise <i>S/viande : lasagnes au saumon</i>	Sauté de dinde aux abricots secs <i>S/viande : colin pané</i>
		(riz BIO)	Petits pois au jus	***	Carottes braisées
Edam		Yaourt aromatisé	Saint Morêt	Brie	
Pomme		Purée pomme vanille	Poire	Dessert de Pâques	

Le picto BIO indique une recette respectant les exigences du règlement CE n°889/2008. Pour les recettes contenant moins de 100% de produits BIO, l'ingrédient BIO sera précisé dans le libellé du plat.

Les labels de qualité (sauf BIO) concernent l'ingrédient majoritaire de la recette.

P.A. n°1



Bleu Blanc Cœur



Plat végétarien



Label rouge



Viande / Œuf de France



Pêche responsable



**Ansamble**

UNE ALIMENTATION SAINTE & NATURELLE  
AU PLUS PRÈS DES TERRITOIRES

# NOM DU RESTAURANT

Semaine n°16 : du 13 au 17 Avril 2026



	LUNDI	MARDI	VEGETARIEN MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
ENTRÉE	Concombre ciboulette nature	Taboulé libanais (boulgour BIO)	Radis sauce rémoulade	Salade de blé tomate maïs	Salade verte nature
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	<b>Saucisse de Toulouse</b> <i>S/viande s/porc : Croq à l'italienne</i>	Colin d'Alaska meunière	<b>RIZ BIO au crémeux de lentilles corail et courgette</b>	Omelette au fromage	Tortis bolognaise BIO (aromates non bio) <i>S/viande : beignets de poisson</i>
	Purée de pommes de terre	Poêlée de légumes	***	Petits pois au jus	*** <i>S/viande : Tortis BIO</i>
PRODUIT LAITIER	Coulommiers	Petit moulé ail et fines herbes	Fromage frais sucré	Yaourt nature sucré	Emmental
DESSERT	Flan caramel	Cocktail de fruits	Gaufre	Kiwi	Liégeois vanille

TOUT SAVOIR SUR NOS RECETTES

Salade fantaisie : céleri, pomme, raisin  
Salade de pâtes tricolore : pâtes, poivrons, olive  
Taboulé libanais : boulgour, tomates, poivrons, cumin, coriandre

P.A. n°2

Semaine n°17 : du 20 au 24 Avril 2026

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
ENTRÉE	Salade de RIZ BIO, radis, concombre sauce fromage blanc	Salade fantaisie	Salade de pâtes tricolore	Tomate nature	<b>Pâté de foie</b> <i>S/viande s/porc : œuf dur vinaigrette</i>
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Poulet rôti <i>S/viande : Colin d'Alaska sauce tandoori</i>	<b>Couscous de légumes et semoule BIO (aromates non bio)</b>	Sauté de bœuf marengo <i>S/viande : feuilleté au fromage</i>	<b>Jambon braisé</b> <i>S/viande s/porc : nuggets de blé</i>	Colin d'Alaska sauce citron
	Haricots verts braisés	***	Carottes braisées	Gratin de chou-fleur	Purée d'épinards
PRODUIT LAITIER	Cantal	Yaourt nature sucré	Fromage frais au sel de Guérande	Vache qui rit	Fondu président
DESSERT	Pomme	Fourrandise à la fraise	Banane	<b>Mousse au chocolat</b> <i>S/viande: Liégeois chocolat</i>	Poire

BIO

Le picto BIO indique une recette respectant les exigences du règlement CE n°889/2008. Pour les recettes contenant moins de 100% de produits BIO, l'ingrédient BIO sera précisé dans le libellé du plat.

Les labels de qualité (sauf BIO) concernent l'ingrédient majoritaire de la recette.

P.A. n°3



NOM DU RESTAURANT








Semaine n°18 : du 27 Avril au 1er Mai 2026

Vacances scolaires

VEGETARIEN

Férié



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
 ENTRÉE	Macédoine mayonnaise	Concombre nature	Taboulé (semoule BIO)	Carottes râpées	
 PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Sauté de bœuf sauce basquaise  <i>S/viande : omelette sauce basquaise</i>	<b>Tikka massala de légumes, pois chiches et RIZ BIO</b> 	Raviolis à la volaille (plat complet) <i>S/viande : raviolis aux légumes</i>	Colin d'Alaska meunière	
	Coquillettes	***	***	Ratatouille	
 PRODUIT LAITIER	Yaourt nature sucré	Gouda	St Morêt	Petit moulé ail et fines herbes	
 DESSERT	Banane 	Purée pomme vanille	Flan nappé caramel	Moelleux au chocolat	

TOUT SAVOIR SUR NOS RECETTES

P.A. n°4



Bleu Blanc Cœur



Plat végétarien



Label rouge



Viande / Œuf de France



Pêche responsable



Ansamble

UNE ALIMENTATION SAINE & NATURELLE  
AU PLUS PRÈS DES TERRITOIRES