








C 4 / S 40

Semaine du 30 septembre au 4 octobre 2024

		LUNDI 30/09/2024	MARDI 01/10/2024	MERCREDI 02/10/2024	JEUDI 03/10/2024	VENDREDI 04/10/2024
Menu végétarien 	Protéine	Chili végétarien aux haricots rouges <i>Vegetarisches Chili mit roten Bohnen</i>	Quiche sauce tomate aux légumes <i>Quiche mit Tomatensauce und Gemüse</i>	Tofu au citron <i>Tofu mit Zitrone</i>	Boulette de lentilles <i>Linsen Knödel</i>	Bouchée à la reine végétarienne <i>Vegetarischer Königinnenbiss</i>
	Légume	-	Crudités <i>Rohes Gemüse</i>	Chou romanesco <i>Romanesco-Kohl</i>	Salade verte <i>Grüner Salat</i>	Petits pois <i>Grüne Erbsen</i>
	Féculent	Riz <i>Reis</i>	-	Patate douce rôtie <i>Geröstete Süßkartoffel</i>	Polenta <i>Polenta</i>	Frites <i>Pommes frites</i>
Menu s/viande 	Protéine	Chili végétarien aux haricots rouges <i>Vegetarisches Chili mit roten Bohnen</i>	Pâtes sauce tomate au thon <i>Nudeln mit Tomatensauce und Thunfisch</i>	Tofu au citron <i>Tofu mit Zitrone</i>	Boulette de lentilles <i>Linsen Knödel</i>	Bouchée à la reine végétarienne <i>Vegetarischer Königinnenbiss</i>
	Légume	-	Crudités <i>Rohes Gemüse</i>	Chou romanesco <i>Romanesco-Kohl</i>	Salade verte <i>Grüner Salat</i>	Petits pois <i>Grüne Erbsen</i>
	Féculent	Riz <i>Reis</i>	-	Patate douce rôtie <i>Geröstete Süßkartoffel</i>	Polenta <i>Polenta</i>	Frites <i>Pommes frites</i>

C 4 / S 41

Semaine du 7 octobre au 11 octobre 2024

		LUNDI 07/10/2024 	MARDI 08/10/2024	MERCREDI 09/10/2024 	JEUDI 10/10/2024	VENDREDI 11/10/2024
Menu végétarien 	Protéine	Risotto aux champignons <i>Pilz-Risotto</i>	Frittata au butternut et parmesan <i>Butternuss-Parmesan-Frittata</i>		Halloumi grillé <i>Gegrilltes Halloumi</i>	Pâtes sauce napolitaine et fromage râpé <i>Nudeln mit neapolitanischer Sauce und geriebenem Käse</i>
	Légume	-	Brocolis <i>Brokkoli</i>		Julienne de légumes <i>Julienne vom Gemüse</i>	Salade verte <i>Grüner Salat</i>
	Féculent	-	Pâtes <i>Nudeln</i>	Grains de blé <i>Weizenkörner</i>	-	
Menu s/viande 	Protéine	Risotto aux champignons <i>Pilz-Risotto</i>	Frittata au butternut et parmesan <i>Butternuss-Parmesan-Frittata</i>	Poisson blanc grillé et sa sauce <i>Gegrillter weißer Fisch und Soße</i>	Pâtes sauce napolitaine et fromage râpé <i>Nudeln mit neapolitanischer Sauce und geriebenem Käse</i>	
	Légume	-	Brocolis <i>Brokkoli</i>	Julienne de légumes <i>Julienne vom Gemüse</i>	Salade verte <i>Grüner Salat</i>	
	Féculent	-	Pâtes <i>Nudeln</i>	Grains de blé <i>Weizenkörner</i>	-	




C 4 / S 42

**Semaine du 14 octobre au 18 octobre 2024**

		LUNDI 14/10/2024	MARDI Menu Togolais 15/10/2024	MERCREDI 16/10/2024	JEUDI 17/10/2024	VENDREDI 18/10/2024
Menu végétarien 	Protéine	Bouneschlupp végétarienne <i>Vegetarische Bohnensuppe</i>	Koklo Meme végétarien <i>Koklo Vegetarisches Meme</i>	Dés de seitan à la sauce tomate <i>Gewürfelter Seitan mit Tomatensauce</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) <i>(Vegetarische Tofu-Wurst, grüne Bohnen, Zwiebeln)</i>	Epinards <i>Spinat</i>	Salsifis <i>Schwarzwurzeln</i>	Crudités <i>Rohes Gemüse</i>	-
	Féculent	Galette de pommes de terre <i>Kartoffelpuffer</i>	Purée de maïs <i>Maispüree</i>	Pommes de terre rôties au four <i>Ofengebratene Kartoffeln</i>	-	-
Menu s/viande 	Protéine	Bouneschlupp végétarienne <i>Vegetarische Bohnensuppe</i>	Koklo Meme végétarien <i>Koklo Vegetarisches Meme</i>	Dés de seitan à la sauce tomate <i>Gewürfelter Seitan mit Tomatensauce</i>	Spaghetti sauce crémeuse au butternut, sauge et fromage râpé <i>Spaghetti mit cremiger Butternussauce, Salbei und geriebenem Käse</i>	Paëlla aux fruits de mer <i>Paella mit Meeresfrüchten</i>
	Légume	(saucisse végétarienne de tofu, haricots verts, oignons) <i>(Vegetarische Tofu-Wurst, grüne Bohnen, Zwiebeln)</i>	Epinards <i>Spinat</i>	Salsifis <i>Schwarzwurzeln</i>	Crudités <i>Rohes Gemüse</i>	-
	Féculent	Galette de pommes de terre <i>Kartoffelpuffer</i>	Purée de maïs <i>Maispüree</i>	Pommes de terre rôties au four <i>Ofengebratene Kartoffeln</i>	-	-

C 4 / S 43





**Semaine du 21 octobre au 25 octobre 2024**

		LUNDI 21/10/2024	MARDI 22/10/2024	MERCREDI 23/10/2024	JEUDI 24/10/2024	VENDREDI 25/10/2024
Menu végétarien 	Protéine	Dahl de lentilles à la citronnelle <i>Linsen-Dahl mit Zitronengras</i>	Tagliatelles ricotta et brocolis <i>Ricotta-Brokkoli-Tagliatelle</i>	Omelette nature <i>Naturomelett</i>	Tofu, sauce aux agrumes <i>Tofu mit Zitrusauce</i>	
	Légume	Poêlée de légumes asiatiques <i>Gebratenes asiatisches Gemüse</i>	-	Petits pois <i>Grüne Erbsen</i>	Epinards <i>Spinat</i>	
	Féculent	Riz <i>Reis</i>	-	Pommes de terre sautées <i>Bratkartoffeln</i>	Grains de blé <i>Weizenkörner</i>	
Menu s/viande 	Protéine	Dahl de lentilles à la citronnelle <i>Linsen-Dahl mit Zitronengras</i>	Tagliatelles, sauce au saumon fumé et brocolis <i>Tagliatelle, Räucherlachs und Brokkolisauce</i>	Omelette nature <i>Naturomelett</i>	Tofu, sauce aux agrumes <i>Tofu mit Zitrusauce</i>	
	Légume	Poêlée de légumes asiatiques <i>Gebratenes asiatisches Gemüse</i>	-	Petits pois <i>Grüne Erbsen</i>	Epinards <i>Spinat</i>	
	Féculent	Riz <i>Reis</i>	-	Pommes de terre sautées <i>Bratkartoffeln</i>	Grains de blé <i>Weizenkörner</i>	

C 4 / S 44

Semaine du 28 octobre au 1 novembre 2024

**Halloween** HAPPY

		LUNDI 28/10/2024	MARDI 29/10/2024	MERCREDI 30/10/2024	JEUDI 31/10/2024	VENDREDI 01/11/2024
Menu végétarien 	Protéine	Omelette <i>Omelette</i>	Gratin de légumes <i>Gemüsegratin</i>	Nuggets de tofu pané au four <i>Gebackene panierte Tofu-Nuggets</i>	Parmentier de lentilles <i>Linsen-Parmentier</i>	
	Légume	Courgettes <i>Zucchini</i>	-	Fondue de poireaux <i>Lauchfondue</i>	Salade verte <i>Grüner Salat</i>	
	Féculent	Pâtes complètes <i>Vollkornnudeln</i>	Pommes de terre nature <i>Salz Kartoffeln</i>	Riz <i>Reis</i>	-	
Menu s/viande 	Protéine	Omelette <i>Omelette</i>	Gratin de légumes <i>Gemüsegratin</i>	Poisson pané au four <i>Paniertes Fisch</i>	Parmentier de lentilles <i>Linsen-Parmentier</i>	
	Légume	Courgettes <i>Zucchini</i>	-	Fondue de poireaux <i>Lauchfondue</i>	Salade verte <i>Grüner Salat</i>	
	Féculent	Pâtes complètes <i>Vollkornnudeln</i>	Pommes de terre nature <i>Salz Kartoffeln</i>	Riz <i>Reis</i>	-	

C 4 / S 45

Semaine du 4 novembre au 8 novembre 2024

		LUNDI 04/11/2024	MARDI 05/11/2024	MERCREDI 06/11/2024	JEUDI 07/11/2024	VENDREDI 08/11/2024
Menu végétarien 	Protéine	Curry de pois chiches <i>Kichererbsen-Curry</i>	Dés de seitan au paprika <i>Gewürfelte Seitan mit Paprika</i>	Tofu à la moutarde douce <i>Tofu mit süßem Senf</i>	Œufs à la florentine <i>Eier Florentiner</i>	Clafouti à la citrouille, persil et parmesan <i>Clafouti mit Kürbis, Petersilie und Parmesan</i>
	Légume	Chou-fleur <i>Blumenkohl</i>	Duo de panais et carotte <i>Pastinaken-Karotten-Duo</i>	Champignons <i>Champignons</i>	Epinards <i>Spinat</i>	Mesclun <i>Mesclun</i>
	Féculent	Riz basmati <i>Basmatireis</i>	Pâtes <i>Nudeln</i>	Polenta <i>Polenta</i>	Purée de pommes de terre <i>Kartoffelbrei</i>	-
Menu s/viande 	Protéine	Curry de pois chiches <i>Kichererbsen-Curry</i>	Dés de seitan au paprika <i>Gewürfelte Seitan mit Paprika</i>	Tofu à la moutarde douce <i>Tofu mit süßem Senf</i>	Poisson blanc sauce tomate <i>Weißfisch mit Tomatensauce</i>	Clafouti à la citrouille, persil et parmesan <i>Clafouti mit Kürbis, Petersilie und Parmesan</i>
	Légume	Chou-fleur <i>Blumenkohl</i>	Duo de panais et carotte <i>Pastinaken-Karotten-Duo</i>	Champignons <i>Champignons</i>	Epinards <i>Spinat</i>	Mesclun <i>Mesclun</i>
	Féculent	Riz basmati <i>Basmatireis</i>	Pâtes <i>Nudeln</i>	Polenta <i>Polenta</i>	Purée de pomme de terre <i>Kartoffelbrei</i>	-



C 4 / S 46

Semaine du 11 novembre au 15 novembre 2024

		LUNDI 11/11/2024	MARDI 12/11/2024	MERCREDI 13/11/2024	JEUDI Menu Irlandais 14/11/2024	VENDREDI 15/11/2024
Menu végétarien	Protéine	Tempeh caramélisé aux oignons <i>Karamellisierter Tempeh mit Zwiebeln</i>	Œufs brouillés <i>Rührei</i>	Gratin de pommes de terre au reblochon <i>Kartoffelgratin mit Reblochon</i>	Cornish paties végétariennes <i>Cornish Paties vegetarisch</i>	Steak de lentilles <i>Linsensteak</i>
	Légume	Petits pois et carottes <i>Erbsen und Karotten</i>	Epinards <i>Spinat</i>	Brocolis <i>Brokkoli</i>	Salade verte <i>Grüner Salat</i>	Haricots verts <i>Grüne Bohnen</i>
	Féculent	Pommes de terre vapeur <i>Gedämpfte Kartoffeln</i>	Riz complet <i>Naturreis</i>	-	-	Quinoa <i>Quinoa</i>
Menu s/viande	Protéine	Tempeh caramélisé aux oignons <i>Karamellisierter Tempeh mit Zwiebeln</i>	Œufs brouillés <i>Rührei</i>	Gratin de pommes de terre au reblochon <i>Kartoffelgratin mit Reblochon</i>	Cornish paties végétariennes <i>Cornish Paties vegetarisch</i>	Poisson en croûte d'herbes <i>Fisch in Kräuterkruste</i>
	Légume	Petits pois et carottes <i>Erbsen und Karotten</i>	Epinards <i>Spinat</i>	Brocolis <i>Brokkoli</i>	Salade verte <i>Grüner Salat</i>	Haricots verts <i>Grüne Bohnen</i>
	Féculent	Pommes de terre vapeur <i>Gedämpfte Kartoffeln</i>	Riz complet <i>Naturreis</i>	-	-	Quinoa <i>Quinoa</i>




C 4 / S 47

Semaine du 18 novembre au 22 novembre 2024

		LUNDI 18/11/2024	MARDI 19/11/2024	MERCREDI 20/11/2024	JEUDI 21/11/2024	VENDREDI 22/11/2024
Menu végétarien	Protéine	Cordon bleu falafel, cheddar et tomates confites <i>Falafel-Cordon Bleu, Cheddar und Kandierte Tomaten</i>	Omelette <i>Omelette</i>	Tofu mariné à l'aneth <i>Tofu in Dill mariniert</i>	Couscous végétarien aux pois chiches <i>Vegetarischer Couscous mit Kichererbsen</i>	
	Légume	Petits pois <i>Grüne Erbsen</i>	Salade verte <i>Grüner Salat</i>	Haricots beurre <i>Butterbohnen</i>	Légumes couscous (carottes, navets, potiron, pois chiches) <i>Gemüse Couscous (Möhren, Speiserübe, Kürbis, Kichererbsen)</i>	
	Féculent	Pâtes complètes <i>Vollkornnudeln</i>	Pommes de terre vapeur <i>Gedämpfte Kartoffeln</i>	Riz <i>Reis</i>	Semoule <i>Grieß</i>	
Menu s/viande	Protéine	Cordon bleu falafel, cheddar et tomates confites <i>Falafel-Cordon Bleu, Cheddar und Kandierte Tomaten</i>	Omelette <i>Omelette</i>	Saumon grillé <i>Gegrilltes Lachs</i>	Couscous végétarien aux pois chiches <i>Vegetarischer Couscous mit Kichererbsen</i>	
	Légume	Petits pois <i>Grüne Erbsen</i>	Salade verte <i>Grüner Salat</i>	Haricots beurre <i>Butterbohnen</i>	Légumes couscous (carottes, navets, potiron, pois chiches) <i>Gemüse Couscous (Möhren, Speiserübe, Kürbis, Kichererbsen)</i>	
	Féculent	Pâtes complètes <i>Vollkornnudeln</i>	Pommes de terre vapeur <i>Gedämpfte Kartoffeln</i>	Riz <i>Reis</i>	Semoule <i>Grieß</i>	


C 4 / S 48

Semaine du 25 novembre au 29 novembre 2024

		LUNDI 25/11/2024	MARDI 26/11/2024	MERCREDI 27/11/2024	JEUDI 28/11/2024	VENDREDI 29/11/2024
<b>Menu végétarien</b>  	<b>Protéine</b>	<b>Chili végétarien aux haricots rouges</b> <i>Vegetarisches Chili mit roten Bohnen</i>	<b>Flammenkuche aux légumes</b> <i>Flammenküche mit Gemüse</i>	<b>Tofu au citron</b> <i>Tofu mit Zitrone</i>	<b>Boulettes végétariennes</b> <i>Vegetarische Knödel</i>	
	<b>Légume</b>	- -	<b>Crudités</b> <i>Rohes Gemüse</i>	<b>Chou romanesco</b> <i>Romanesco-Kohl</i>	<b>Salade verte</b> <i>Grüner Salat</i>	
	<b>Féculent</b>	<b>Riz</b> <i>Reis</i>	- -	<b>Patates douces au four</b> <i>Gebackene Süßkartoffeln</i>	<b>Pâtes</b> <i>Nudeln</i>	
<b>Menu s/viande</b>  	<b>Protéine</b>	<b>Chili végétarien aux haricots rouges</b> <i>Vegetarisches Chili mit roten Bohnen</i>	<b>Flammenkuche au thon</b> <i>Thunfisch Flammenküche</i>	<b>Tofu au citron</b> <i>Tofu mit Zitrone</i>	<b>Boulettes végétariennes</b> <i>Vegetarische Knödel</i>	
	<b>Légume</b>	- -	<b>Crudités</b> <i>Rohes Gemüse</i>	<b>Chou romanesco</b> <i>Romanesco-Kohl</i>	<b>Salade verte</b> <i>Grüner Salat</i>	
	<b>Féculent</b>	<b>Riz</b> <i>Reis</i>	- -	<b>Patates douces au four</b> <i>Gebackene Süßkartoffeln</i>	<b>Pâtes</b> <i>Nudeln</i>	


C 4 / S 49

Semaine du 2 décembre au 6 décembre 2024

		LUNDI 02/12/2024	MARDI 03/12/2024	MERCREDI 04/12/2024	JEUDI 05/12/2024	VENDREDI 06/12/2024
<b>Menu végétarien</b>  	<b>Protéine</b>	<b>Omelette</b> <i>Omelette</i>	<b>Tofu fumé</b> <i>Räuchertofu</i>	<b>Œufs durs sauce aurore</b> <i>Hartgekochte Eier mit Aurora-Sauce</i>	<b>Halloumi grillé</b> <i>Gegrilltes Halloumi</i>	
	<b>Légume</b>	<b>Champignons de Paris</b> <i>Champignons</i>	<b>Fèves des marrais</b> <i>Saubohne</i>	<b>Brocolis</b> <i>Brokkoli</i>	<b>Julienne de légumes</b> <i>Julienne vom Gemüse</i>	
	<b>Féculent</b>	<b>Riz basmati</b> <i>Basmatireis</i>	<b>Pommes de terre persillées</b> <i>Petersilien-Kartoffeln</i>	<b>Penne</b> <i>Penne</i>	<b>Grains de blé</b> <i>Weizenkörner</i>	
<b>Menu s/viande</b>  	<b>Protéine</b>	<b>Omelette</b> <i>Omelette</i>	<b>Tofu fumé</b> <i>Räuchertofu</i>	<b>Œufs durs sauce aurore</b> <i>Hartgekochte Eier mit Aurora-Sauce</i>	<b>Poisson blanc grillé</b> <i>Gegrillter Weißfisch</i>	
	<b>Légume</b>	<b>Champignons de Paris</b> <i>Champignons</i>	<b>Fèves des marrais</b> <i>Saubohne</i>	<b>Brocolis</b> <i>Brokkoli</i>	<b>Julienne de légumes</b> <i>Julienne vom Gemüse</i>	
	<b>Féculent</b>	<b>Riz basmati</b> <i>Basmatireis</i>	<b>Pommes de terre persillées</b> <i>Petersilien-Kartoffeln</i>	<b>Penne</b> <i>Penne</i>	<b>Grains de blé</b> <i>Weizenkörner</i>	






C 4 / S 50

**Semaine du 9 décembre au 13 décembre 2024**

		LUNDI 09/12/2024	MARDI 10/12/2024	 MERCREDI 11/12/2024	JEUDI 12/12/2024	VENDREDI 13/12/2024
<b>Menu végétarien</b> 	<b>Protéine</b>	Lentilles saucisse végétarienne <i>Linsen mit vegetarischer Wurst</i>	Escalope de légumes <i>Gemüsewiener</i>	Dés de seitan à la sauce tomate <i>Gewürfelter Seitan mit Tomatensauce</i>	Spaghetti sauce crémeuse au butternut, sauge et fromage râpé <i>Spaghetti mit cremiger Butternussauce, Salbei und geriebenem Käse</i>	Gratin de poireaux <i>Lauch-Gratin</i>
	<b>Légume</b>	Carottes <i>Möhren</i>	Panais rôti au miel <i>Geröstete Pastinaken mit Honig</i>	Haricots verts <i>Grüne Bohnen</i>	Crudités <i>Rohes Gemüse</i>	- -
	<b>Féculent</b>	Pommes de terre vapeur <i>Gedämpfte Kartoffeln</i>	Boulgour <i>Bulgur</i>	Pommes de terre nature <i>Salz Kartoffeln</i>	- -	Riz <i>Reis</i>
<b>Menu s/viande</b> 	<b>Protéine</b>	Lentilles saucisse végétarienne <i>Linsen mit vegetarischer Wurst</i>	Escalope de légumes <i>Gemüsewiener</i>	Dés de seitan à la sauce tomate <i>Gewürfelter Seitan mit Tomatensauce</i>	Spaghetti sauce crémeuse au butternut, sauge et fromage râpé <i>Spaghetti mit cremiger Butternussauce, Salbei und geriebenem Käse</i>	Gratin de poisson <i>Fisch überbacken</i>
	<b>Légume</b>	Carottes <i>Möhren</i>	Panais rôti au miel <i>Geröstete Pastinaken mit Honig</i>	Haricots verts <i>Grüne Bohnen</i>	Crudités <i>Rohes Gemüse</i>	Fondue de poireaux <i>Lauchfondue</i>
	<b>Féculent</b>	Pommes de terre vapeur <i>Gedämpfte Kartoffeln</i>	Boulgour <i>Bulgur</i>	Pommes de terre nature <i>Salz Kartoffeln</i>	- -	Riz <i>Reis</i>

C 4 / S 51

**Semaine du 16 décembre au 20 décembre 2024**

		LUNDI 16/12/2024	MARDI 17/12/2024	 MERCREDI Menu de Noël 18/12/2024	JEUDI 19/12/2024	 VENDREDI 20/12/2024
<b>Menu végétarien</b> 	<b>Protéine</b>	Dahl de lentilles à la citronnelle <i>Linsen-Dahl mit Zitronengras</i>	Tagliatelles ricotta et brocolis <i>Ricotta-Brokkoli-Tagliatelle</i>	Courge farcie <i>Gefüllter Kürbis</i>	Omelette nature <i>Naturomelett</i>	
	<b>Légume</b>	Purée de légumes <i>Gemüsepurée</i>	- -	Carottes <i>Möhren</i>	Petits pois <i>Grüne Erbsen</i>	
	<b>Féculent</b>	Riz <i>Reis</i>	- -	Gnocchis <i>Gnocchi</i>	Pommes de terre sautées <i>Bratkartoffeln</i>	
<b>Menu s/viande</b> 	<b>Protéine</b>	Dahl de lentilles à la citronnelle <i>Linsen-Dahl mit Zitronengras</i>	Tagliatelles, sauce au saumon fumé et brocolis <i>Tagliatelle, Räucherlachs und Brokkolisauce</i>	Courge farcie <i>Gefüllter Kürbis</i>	Omelette nature <i>Naturomelett</i>	
	<b>Légume</b>	Purée de légumes <i>Gemüsepurée</i>	- -	Carottes <i>Möhren</i>	Petits pois <i>Grüne Erbsen</i>	
	<b>Féculent</b>	Riz <i>Reis</i>	- -	Gnocchis <i>Gnocchi</i>	Pommes de terre sautées <i>Bratkartoffeln</i>	