

LE SAVIEZ-VOUS ?

Le **céleri-rave**, racine du céleri, est un légume **riche en fibres, vitamines (C et K)** et minéraux comme le **potassium**, il **favorise la digestion, contribue à l'hydratation et possède des propriétés antioxydantes**.

En cuisine, le céleri-rave se prête à de nombreuses préparations : **rôti au four avec un filet d'huile d'olive**, en **purée onctueuse** pour accompagner viandes et poissons, en **soupe veloutée** pour réchauffer l'hiver, ou encore **râpé cru en salade** pour une touche croquante et légèrement sucrée. Pour les plus créatifs, il peut même se transformer en **frites de céleri-rave**, **gratin gourmand** ou en mousseline légère pour un plat raffiné. Ce **légume ancien**, peu utilisé, mérite sa place dans nos assiettes pour sa **saveur douce** et sa **texture fondante**.

LUNDI
26/01/2026



MARDI
27/01/2026



MERCREDI
28/01/2026




 JEUDI
29/01/2026
Voyage en Turquie



VENDREDI
30/01/2026



M
E
N
U

Samoussa légumes
Dahl de lentilles corail
et épinards 
Riz 
Coulommiers
Clémentine

Salade de perles marine
Tortillas
(Œuf, pomme de terre, oignon)
Epinards à la crème 
*Yaourt nature  + sucre
Salade d'ananas

Céleri rémoulade 
Sauté de veau  sauce
blanquette
Macaronis 
Emmental 
Pomme 

Tomate feta
Assiette kebab
(Kebab et blé cassé  tomate
sauce blanche)
*Vache qui rit 
Flan vanille 

Carottes râpées  
vinaigrette
Filet de saumon 
sauce beurre citronné
Poêlée de légumes 
*Fromage blanc 
+sucre
Paris-Brest

GOUTER

Gaufre liégeoise
Fruit 

Brioquette pépites de chocolat
Briquette de jus d'orange

Baguette  Beurre  Fruit

Pain au lait  Yaourt
aromatisé 

Baguette 
Confiture 
Briquette de lait

LE SAVIEZ-VOUS ?

Le **céleri-rave**, racine du céleri, est un légume **riche en fibres, vitamines (C et K)** et minéraux comme le **potassium**, il **favorise la digestion, contribue à l'hydratation et possède des propriétés antioxydantes**.

En cuisine, le céleri-rave se prête à de nombreuses préparations : **rôti au four avec un filet d'huile d'olive**, en **purée onctueuse** pour accompagner viandes et poissons, en **soupe veloutée** pour réchauffer l'hiver, ou encore **râpé cru en salade** pour une touche croquante et légèrement sucrée. Pour les plus créatifs, il peut même se transformer en **frites de céleri-rave**, **gratin gourmand** ou en mousseline légère pour un plat raffiné. Ce **légume ancien**, peu utilisé, mérite sa place dans nos assiettes pour sa **saveur douce** et sa **texture fondante**.

LUNDI
26/01/2026

MARDI
27/01/2026


MERCREDI
28/01/2026

 JEUDI
29/01/2026
Voyage en Turquie

VENDREDI
30/01/2026

M
E
N
U

Samoussa légumes

Dahl de lentilles corail
et épinards 


Riz 

Coulommiers

Clémentine


Salade de perles marine


Tortillas
(Œuf, pomme de terre, oignon)

Epinards à la crème 

*Yaourt nature  +sucre


Salade d'ananas

Céleri rémoulade 


Sauté de veau  sauce
blanquette


Macaronis 

Emmental 



Pomme 


Tomate feta

Assiette kebab
(Kebab et blé cassé tomate 
sauce blanche)


*Vache qui rit 

Flan vanille 

Carottes râpées  
vinaigrette

Filet de saumon 
sauce beurre citronné

Poêlée de légumes 

*Fromage blanc 
+sucre

Paris-Brest

GOUTER

Baguette  Beurre Fruit 

LE SAVIEZ-VOUS ?


Le **céleri-rave**, racine du céleri, est un légume **riche en fibres, vitamines (C et K)** et minéraux comme le **potassium**, il **favorise la digestion, contribue à l'hydratation et possède des propriétés antioxydantes**.

En cuisine, le céleri-rave se prête à de nombreuses préparations : **rôti au four avec un filet d'huile d'olive**, en **purée onctueuse** pour accompagner viandes et poissons, en **soupe veloutée** pour réchauffer l'hiver, ou encore **râpé cru en salade** pour une touche croquante et légèrement sucrée. Pour les plus créatifs, il peut même se transformer en **frites de céleri-rave**, **gratin gourmand** ou en mousseline légère pour un plat raffiné. Ce **légume ancien**, peu utilisé, mérite sa place dans nos assiettes pour sa **saveur douce** et sa **texture fondante**.

LUNDI
26/01/2026

MARDI
27/01/2026

MERCREDI
28/01/2026

 JEUDI
29/01/2026
Voyage en Turquie

VENDREDI
30/01/2026

M
E
N
U

Samoussa légumes

Dahl de lentilles corail et
épinards 

Riz 


Coulommiers
ou

Mimolette 

Clémentine ou kiwi

Salade de perles marine
ou Salade de pdt ciboulette


Tortillas
(Œuf, pomme de terre, oignon)


Epinards à la crème 

*Yaourt nature  et sucre
ou


Yaourt aromatisé vanille 


Salade d'ananas ou *fruit 

Céleri rémoulade 

Sauté de veau  sauce
blanquette


Macaronis 


Emmental 


Saint Paulin 


Pomme  ou clémentine


Tomate feta



Assiette kebab
(Kebab, sauce blanche et blé cassé
tomate  ou Frites sur R. Rolland, V.
Hugo et Pasteur)


*Vache qui rit 
ou

*Chanteneige 


Flan vanille 


Mousse au chocolat 

Carottes râpées  
vinaigrette
ou Maquereau à la tomate

Filet de saumon  sauce
beurre citronné

Poêlée de légumes 

*Fromage blanc  et sucre
ou

Fromage blanc aux fruits 

Paris-Brest

GOUTER

Baguette  Beurre  Fruit
