



LE SAVIEZ-VOUS ?

Le yaourt trouve ses origines en Asie centrale, il y a plus de 5 000 ans. À l'époque, le lait était conservé dans des outres (récipient traditionnel fait en peau d'animal, souvent de chèvre ou de mouton, cousue et imperméabilisée) et exposées à la chaleur ambiante. Ces conditions favorisaient la fermentation naturelle des bactéries naturellement présentes dans le lait, et sont à l'origine de la création accidentelle des premiers yaourts.

Mais c'est au début du XXe siècle, grâce au biologiste Ilya Metchnikoff, que la science s'y intéresse vraiment. Il découvre que les populations des Balkans, grandes consommatrices de yaourt, vivent plus longtemps. Il en conclut que les ferments lactiques ont des effets bénéfiques sur la santé. C'est ensuite un médecin grec, Isaac Carasso, qui commercialise les premiers yaourts "modernes" à Barcelone en 1919, sous le nom de Danone (inspiré du surnom de son fils, Daniel).

Voici les différentes étapes de fabrication d'un yaourt : on commence par chauffer le lait à 85°C afin d'éliminer les bactéries indésirables. Une fois le lait refroidi à 43°C, on y ajoute deux ferments lactiques, *Lactobacillus bulgaricus* et *Streptococcus thermophilus*. Ces micro-organismes transforment le lactose, le sucre naturellement présent dans le lait, en acide lactique.

Ce processus acidifie et épaissit le lait, donnant naissance au yaourt. La préparation est ensuite laissée à fermenter à température constante pendant 4 à 8 heures, jusqu'à obtenir un yaourt onctueux et naturellement riche en bonnes bactéries.

LUNDI
07/09/2026

MARDI
08/09/2026

MERCREDI
09/09/2026

JEUDI
10/09/2026

VENDREDI
11/09/2026

M
E
N
U

Taboulé 

Emincé de bœuf aux
olives 

Courgettes grillées 

*Mimolette 

Nectarine

Concombre crème ciboulette

Omelette 

Haricots verts 

Petit suisse aux fruits 

Paris Brest



Pâté de volaille

Filet de merlu  sauce
oseille

Riz 

Yaourt nature , sucre

Pêche

Tomate vinaigrette

Spaghetti bolo végétale 

Emmental râpé 

Liégeois chocolat 

Salade verte

Hachis parmentier 

*Ortolan 

Raisin

GOUTER

Pain au lait, Barre chocolat,
Petit suisse fruits 

Madeleine, Yaourt nature sucré


Pain viennois pépites chocolat,
briquette de lait chocolaté 

BN Pocket chocolat, pomme 

Gaufre liégeoise, compote 



LE SAVIEZ-VOUS ?

Le yaourt trouve ses origines en Asie centrale, il y a plus de 5 000 ans. À l'époque, le lait était conservé dans des outres (récipient traditionnel fait en peau d'animal, souvent de chèvre ou de mouton, cousue et imperméabilisée) et exposées à la chaleur ambiante. Ces conditions favorisaient la fermentation naturelle des bactéries naturellement présentes dans le lait, et sont à l'origine de la création accidentelle des premiers yaourts.

Mais c'est au début du XXe siècle, grâce au biologiste Ilya Metchnikoff, que la science s'y intéresse vraiment. Il découvre que les populations des Balkans, grandes consommatrices de yaourt, vivent plus longtemps. Il en conclut que les ferments lactiques ont des effets bénéfiques sur la santé. C'est ensuite un médecin grec, Isaac Carasso, qui commercialise les premiers yaourts "modernes" à Barcelone en 1919, sous le nom de Danone (inspiré du surnom de son fils, Daniel).

Voici les différentes étapes de fabrication d'un yaourt : on commence par chauffer le lait à 85°C afin d'éliminer les bactéries indésirables. Une fois le lait refroidi à 43°C, on y ajoute deux ferments lactiques, *Lactobacillus bulgaricus* et *Streptococcus thermophilus*. Ces micro-organismes transforment le lactose, le sucre naturellement présent dans le lait, en acide lactique.

Ce processus acidifie et épaissit le lait, donnant naissance au yaourt. La préparation est ensuite laissée à fermenter à température constante pendant 4 à 8 heures, jusqu'à obtenir un yaourt onctueux et naturellement riche en bonnes bactéries.

LUNDI
07/09/2026

MARDI
08/09/2026

MERCREDI
09/09/2026

JEUDI
10/09/2026

VENDREDI
11/09/2026

M
E
N
U

Taboulé 

Emincé de bœuf aux
olives 

Courgettes grillées 

*Mimolette 

Nectarine

Concombre crème ciboulette

Omelette 

Haricots verts 

Petit suisse aux fruits 

Paris Brest



Pâté de volaille

Filet de merlu  sauce
oseille

Riz 

Yaourt nature , sucre

Pêche

Tomate vinaigrette

Spaghetti bolo végétale 

Emmental râpé 

Liégeois chocolat 

Salade verte

Hachis parmentier 

*Ortolan 

Raisin

GOUTER

Pain viennois pépites chocolat,
briquette de lait chocolaté 



LE SAVIEZ-VOUS ?

Le yaourt trouve ses origines en Asie centrale, il y a plus de 5 000 ans. À l'époque, le lait était conservé dans des outres (récipient traditionnel fait en peau d'animal, souvent de chèvre ou de mouton, cousue et imperméabilisée) et exposées à la chaleur ambiante. Ces conditions favorisaient la fermentation naturelle des bactéries naturellement présentes dans le lait, et sont à l'origine de la création accidentelle des premiers yaourts.

Mais c'est au début du XXe siècle, grâce au biologiste Ilya Metchnikoff, que la science s'y intéresse vraiment. Il découvre que les populations des Balkans, grandes consommatrices de yaourt, vivent plus longtemps. Il en conclut que les ferments lactiques ont des effets bénéfiques sur la santé. C'est ensuite un médecin grec, Isaac Carasso, qui commercialise les premiers yaourts "modernes" à Barcelone en 1919, sous le nom de Danone (inspiré du surnom de son fils, Daniel).

Voici les différentes étapes de fabrication d'un yaourt : on commence par chauffer le lait à 85°C afin d'éliminer les bactéries indésirables. Une fois le lait refroidi à 43°C, on y ajoute deux ferments lactiques, *Lactobacillus bulgaricus* et *Streptococcus thermophilus*. Ces micro-organismes transforment le lactose, le sucre naturellement présent dans le lait, en acide lactique.

Ce processus acidifie et épaissit le lait, donnant naissance au yaourt. La préparation est ensuite laissée à fermenter à température constante pendant 4 à 8 heures, jusqu'à obtenir un yaourt onctueux et naturellement riche en bonnes bactéries.

LUNDI
07/09/2026

MARDI
08/09/2026

MERCREDI
09/09/2026

JEUDI
10/09/2026

VENDREDI
11/09/2026

M
E
N
U

Salade de pomme de terre
ou
Taboulé 
Emincé de bœuf aux olives 
Courgettes grillées 
*Mimolette 
ou
Gouda 
Nectarine **ou** Raisin

Concombre crème ciboulette
ou
Salade verte, maïs 
Omelette 
Haricots verts 
Petit suisse aux fruits 
ou
Fromage blanc aromatisé 
Paris Brest

Pâté de volaille 
Filet de merlu  sauce oseille
Riz 
Yaourt nature , sucre
ou
Yaourt aromatisé 
Pêche **ou** prune

Tomate vinaigrette 
ou
Carottes râpées vinaigrette 
Spaghetti bolo végétale 
Emmental râpé 
Liégeois chocolat 
ou
Flan vanille nappé caramel 

Salade verte
Hachis parmentier 
*Ortolan 
ou
Chanteneige 
Raisin

GOUTER

Pain viennois pépites chocolat,
brique de lait chocolaté 