






































# INSTITUT MONTALEMBERT

## Menu du Lundi 2 Février au Vendredi 6 Février 2026

		Chandeleur	
Lundi 2 Février	Mardi 3 Février	Jeudi 5 Février	Vendredi 6 Février
	 Betteraves mimosa  Salade de mâche , Vinaigrette  Tapenade de petits pois à la ricotta	 Céleri rave en rémoulade au curry  Salade de pommes de terre, persil et oignon rouge  Velouté de potiron	
Escalope Viennoise , Sauce tomate Filet de <b>hoki MSC</b> , Sauce beurre blanc 	Bœuf façon bourguignon   Omelette nature	Couscous au poulet  Couscous de la mer	Filet de <b>colin MSC</b> en croûte d'herbes  Escalope de porc , Sauce charcutière 
 Brocolis à l'ail <b>Penne HVE</b> 	 Carottes aux oignons  Riz	 <b>Semoule BIO</b> , Jus à l'oriental   Légumes couscous d'Hiver	 Purée de patates douces  Fondue de poireaux à la crème
Assortiments de fromages  Laitage	 Laitage	 Laitage	Assortiments de fromages  Laitage
 Fruits de saison  Salade de fruits du chef  Yaourt aromatisé	 Crème dessert au caramel  Fruits de saison  Compote de fruits	 Crêpe du chef  Fruits de saison  Flan nappé au caramel	 Coupe banane caramel  Fruits de saison  Fromage blanc aromatisé

Légende : **Bio** - **Produits régionaux** - **Produits labellisés** -  Recettes bas carbone

Menus susceptibles de variations, sous réserve des approvisionnements.



Recettes	Ingrédients	Allergènes
Plat principal		
Escalope Viennoise	Viennoise à la dinde	Céréales contenant du gluten, Oeufs et produits à base d'oeufs
Sauce tomate	Ail, Eau de ville, Farine de blé, Huile, Laurier, Margarine, Oignon, Paprika, Poivre blanc, Poivron vert, Sel fin, Thym, Tomate	Céréales contenant du gluten
Filet de hoki MSC	Hoki, Huile, Poivre gris, Sel fin, Thym	Poissons et produits à base de poissons
Sauce beurre blanc	Beurre doux, Concentré de fruit, Eau de ville, Échalion, Poivre blanc, Sel fin	Lait et produits à base de lait
Accompagnement		
Brocolis à l'ail	Ail, Brocoli, Margarine, Poivre gris, Sel fin	
Penne HVE	Huile, Penne, Sel gros	Céréales contenant du gluten
Fromage		
Assortiments de fromages	Brie, Comté, Mimolette, Saint Nectaire	Lait et produits à base de lait
Laitage	Yaourt aromatisé, Yaourt nature sucré	Lait et produits à base de lait
Dessert		
Fruits de saison	Banane, Orange, Poire, Pomme bicolore	
Salade de fruits du chef	Banane, Jus d'oranges, Jus de fruits, Kiwi, Orange, Poire, Pomme bicolore	Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l
Yaourt aromatisé	Yaourt aromatisé	Lait et produits à base de lait

# INSTITUT MONTALEMBERT

Mardi 3 Février

Recettes	Ingrédients	Allergènes
Entrées		
Betteraves mimosa	Betterave, Oeuf dur	Oeufs et produits à base d'oeufs
Salade de mâche	Salade mâche	
Vinaigrette	Eau de ville, Huile, Moutarde, Poivre blanc, Sel fin, Vinaigre d'alcool	Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Moutarde
Tapenade de petits pois à la ricotta	Ail, Concentré de fruit, Échalote, Huile, Origan/Marjolaine, Pain de mie, Petit pois, Poivre gris, Ricotta, Sel fin	Céréales contenant du gluten, Lait et produits à base de lait
Plat principal		
Bœuf façon bourguignon	Ail, Carotte, Champignon de Paris, Eau de ville, Farine de blé, Huile, Lardons fumés, Laurier, Margarine, Oignon, Poivre noir, Sauté de Boeuf, Sel fin, Thym, Vin rouge sans alcool	Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Céréales contenant du gluten
Omelette nature	Huile, Lait de vache, Oeuf liquide entier, Poivre blanc, Sel fin	Lait et produits à base de lait, Oeufs et produits à base d'oeufs
Accompagnement		
Carottes aux oignons	Carotte, Margarine, Oignon, Poivre blanc, Sel fin	
Riz	Eau de ville, Margarine, Poivre gris, Riz long, Sel fin	
Fromage		
Laitage	Yaourt aromatisé, Yaourt nature sucré	Lait et produits à base de lait
Dessert		
Crème dessert au caramel	Crème dessert	Lait et produits à base de lait
Fruits de saison	Banane, Orange, Poire, Pomme bicolore	
Compote de fruits	Compote, Compote bi-goût	

# INSTITUT MONTALEMBERT

Jeudi 5 Février

Recettes	Ingrédients	Allergènes
Entrées		
Céleri rave en rémoulade au curry	Céleri, Curry, Jus de fruits, Mayonnaise, Moutarde, Persil plat, Poivre blanc, Sel fin	Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Céleri et produits à base de céleri, Moutarde, Oeufs et produits à base d'oeufs
Salade de pommes de terre, persil et oignon rouge	Eau de ville, Huile, Moutarde, Oignon rouge, Persil plat, Poivre gris, Pomme de terre, Sel fin, Vinaigre d'alcool	Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Moutarde
Velouté de potiron	Ail, Courge potiron, Crème fraîche, Eau de ville, Margarine, Oignon, Poivre gris, Pomme de terre, Sel fin	Lait et produits à base de lait
Plat principal		
Couscous au poulet	Ail, Carotte, Courgette, Cuisse de poulet, Curcuma, Eau de ville, Huile, Margarine, Mélanges d'épices, Navet, Oignon, Pois chiche, Poivre blanc, Poivron vert, Sel fin, Thym, Tomate	
Couscous de la mer	Ail, Carotte, Colin d'Alaska, Courgette, Crevette/Gambas, Eau de ville, Huile, Margarine, Mélanges d'épices, Moule, Navet, Oignon, Pois chiche, Poivre blanc, Poivron vert, Sel fin, Thym, Tomate	Crustacés et produits à base de crustacés, Mollusques et produits à base de mollusques, Poissons et produits à base de poissons
Accompagnement		
Semoule BIO	Huile, Poivre blanc, Sel fin, Semoule de blé	Céréales contenant du gluten
Jus à l'oriental	Ail, Carotte, Chou blanc, Cumin, Eau de ville, Gingembre, Huile, Laurier, Miel, Oignon, Paprika, Poivre blanc, Sel fin, Thym, Tomate	
Légumes couscous d'Hiver	Ail, Carotte, Coriandre fraîche, Courge butternut, Eau de ville, Margarine, Navet, Oignon, Pois chiche, Poivre gris, Raz El Hanout, Sel fin, Tomate	
Fromage		
Laitage	Yaourt aromatisé, Yaourt nature sucré	Lait et produits à base de lait
Dessert		
Crêpe du chef	Farine de blé, Huile, Lait de vache, Margarine, Oeuf liquide entier, Sel fin, Sucre semoule	Céréales contenant du gluten, Lait et produits à base de lait, Oeufs et produits à base d'oeufs
Fruits de saison	Banane, Orange, Poire, Pomme bicolore	
Flan nappé au caramel	Flan nappé/lait gélifié	Lait et produits à base de lait

# INSTITUT MONTALEMBERT

Vendredi 6 Février

Recettes	Ingrédients	Allergènes
Plat principal		
Filet de colin MSC en croûte d'herbes	Chapelure, Colin d'Alaska, Farine de blé, Herbes de provence, Margarine, Persil plat, Poivre noir, Sel fin, Thym	Céréales contenant du gluten, Poissons et produits à base de poissons
Escalope de porc	Escalope de porc, Margarine, Poivre blanc, Sel fin	
Sauce charcutière	Cornichon, Eau de ville, Échalion, Farine de blé, Margarine, Moutarde, Persil plat, Poivre blanc, Sel fin, Vinaigre d'alcool	Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Céréales contenant du gluten, Moutarde
Accompagnement		
Purée de patates douces	Lait de vache, Margarine, Patate douce, Poivre gris, Sel fin	Lait et produits à base de lait
Fondue de poireaux à la crème	Crème fraîche, Échalion, Margarine, Poireau, Poivre blanc, Sel fin, Thym	Lait et produits à base de lait
Fromage		
Assortiments de fromages	Brie, Comté, Mimolette, Saint Nectaire	Lait et produits à base de lait
Laitage	Yaourt aromatisé, Yaourt nature sucré	Lait et produits à base de lait
Dessert		
Coupe banane caramel	Banane, Coulis	Lait et produits à base de lait
Fruits de saison	Banane, Orange, Poire, Pomme bicolore	
Fromage blanc aromatisé	Coulis, Fromage blanc	Lait et produits à base de lait