

# MENU DE LA SEMAINE

DU 07 AU 10 JANVIER 2025

## Semaine détox

OPTION VÉGÉ  
DISPONIBLE  
SUR PLACE

MARDI 07

après les fêtes de fin d'année

COLESLAW, SAUCE CRÉMEUSE À LA PURÉE DE NOIX DE CAJOU -  
RISOTTO AUX POIREAUX ET AU PARMESAN AVEC SES HERBES  
HIVERNALES - POMMES AU FOUR FAÇON CRUMBLE

MERCREDI 08

OEUFS MAYO AU POIVRE ROSE - NUGGETS DE POULET AU CORN FLAKES  
ET SA POÊLÉE AUX LÉGUMES - MÉLI-MÉLO DE FRUITS

(VÉGÉ TOFU PANÉ AUX CORN FLAKES ET POÊLÉE DE LÉGUMES)

JEUDI 09

ACHARD DE LÉGUMES - HACHIS PARMENTIER AU CANARD - PANACOTTA  
AU COULIS DE MANDARINE

(VÉGÉ HACHIS PARMENTIER AUX CHAMPIGNONS)

VENDREDI 10

SOUPE COCO CURRY CREVETTES - POMMES DE TERRE HASSELBACK AU  
PESTO PARFUMÉ ET FILET DE MORUE - TARTE AUX POMMES

(VÉGÉ OMELETTE ET POMMES DE TERRE HASSELBACK AU PESTO PARFUMÉ)

EPISOL  
PESSAC  
épicerie solidaire

INSERTION NET



Ville de  
PESSAC



FRANCE ACTIV  
Les entrepreneurs engagés

NOUVELLE-AQUITAINE

AANA  
AGENCE DE L'ALIMENTATION  
NOUVELLE-AQUITAINE



MINISTÈRE  
DE L'ÉDUCATION  
NATIONALE  
ET DE LA JEUNESSE

FDVA  
FONDS POUR LE  
DÉVELOPPEMENT  
DE LA VIE  
ASSOCIATIVE

Liberté  
Égalité  
Fraternité



# MENU DE LA SEMAINE

DU 14 AU 17 JANVIER 2025

OPTION VÉGÉ  
DISPONIBLE  
SUR PLACE

## MARDI 14

BOUILLON ASIATIQUE ET SA SALADE AUX ALGUES WAKAMÉ -  
BIBIMBAP AU BOEUF - GALETTE FRANGIPANE

(VÉGÉ BIBIMBAP AU TOFU)

## MERCREDI 15 MENU GERÇOIS BY ANNIE TAJEAN

SALADE CÉSAR - GARBURE - GÂTEAU RENVERSÉ AUX POMMES

(VÉGÉ SALADE COMPOSÉE - GRATIN DE POMMES DE TERRES ET  
HARICOTS BLANCS SAUCE TOMATE)

## JEUDI 16

TEMPURA D'OIGNONS - RAGOÛT D'AGNEAUX ET LÉGUMES DE SAISONS  
AUX ÉPICES - GÂTEAU ASSASSIN

(VÉGÉ RAGOÛT DE POIS CHICHES ET LÉGUMES DE SAISON AUX ÉPICES)

## VENDREDI 17

OEUFS MIMOSA AUX FRUITS SECS - SPANAKOPITA - ANANAS FRAIS ET  
CHANTILLY

EPISOL  
PESSAC  
épicerie solidaire

INSERTAET

BORDEAUX  
MÉTROPOLE

Gironde  
LE DÉPARTEMENT

Ville de  
PESSAC

ALLOCATIONS  
FAMILIALES  
Caf  
de la Gironde

La Nouvelle-Aquitaine et l'Europe  
agissent ensemble pour votre avenir

Région  
Nouvelle-  
Aquitaine

FRANCEACTIV  
Les entrepreneurs enga

NOUVELLE-AQUITAINE

AANA  
AGENCE DE L'ALIMENTATION  
NOUVELLE-AQUITAINE

Région  
Nouvelle-  
Aquitaine

MINISTÈRE  
DE L'ÉDUCATION  
NATIONALE  
ET DE LA JEUNESSE

Liberté  
Égalité  
Fraternité

FDVA  
FONDS POUR LE  
DÉVELOPPEMENT  
DE LA VIE  
ASSOCIATIVE

FONDATION  
Abbé Pierre

# MENU DE LA SEMAINE

DU 21 AU 24 JANVIER 2025

OPTION VÉGÉ  
DISPONIBLE  
SUR PLACE

## MARDI 21 SELON CHEF JESUS

SALADE ORANGE BETTERAVE AVOCAT - TAJINE DE LÉGUMES AU SIROP DE MANDARINE - YAOURT MAISON AU COULIS DE GRENADE

## MERCREDI 22

OEUFS MAYO POUTARGUE - POULET RUBY ET TRIO DE QUINOA - POMMES CRUES ET CUITES À LA VANILLE, SABLÉS AUX POMMES

(VÉGÉ TOFU RUBY ET TRIO DE QUINOA)

## JEUDI 23

BOUILLON AUX LÉGUMES - POT AU FEU (VÉGÉ OU CARNÉ) - FONDANT CHOCOLAT POIRE

## VENDREDI 24 MENU MARITIME

PASTELS AU THON - CREVETTES MASSALA - MARBRÉ AU CHOCOLAT

EPISOL  
PESSAC  
épicerie solidaire

