

## Menu du 03 novembre au 19 décembre 2025

UN JOUR, UNE SAVEUR.

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>LUNDI 03 NOVEMBRE</b><br> Betteraves BIO<br> Pané de blé<br> Farfalles BIO<br>***<br> Yaourt BIO vanille "Cazaubon"               | <b>MARDI 04 NOVEMBRE</b><br> Velouté de poireaux BIO<br> Saucisse de Toulouse "Montauzer"<br>Lentilles 'El maragato'<br>***<br> Compote abricot HVE                                                                                                | <b>MERCREDI 05 NOVEMBRE</b><br> Salade composée<br> Poisson meunière Pêche Durable<br> Blé BIO<br> Haricots verts<br>Eclair au chocolat                    | <b>JEUDI 06 NOVEMBRE</b><br> Taboulé de semoule BIO<br> Haut de cuisse de poulet 'Fermiers Landais'<br> Gratin de chou-fleur BIO<br>***<br> Pomme BIO                          | <b> VENDREDI 07 NOVEMBRE</b><br> Bouillon tomate vermicelle<br> Poisson frit MSC<br> Riz BIO<br>Piperade<br>Panna cotta coulis de tomates basilic                                                                         |
| <b>LUNDI 10 NOVEMBRE</b><br> Carottes râpées BIO<br>Boulette de bœuf à la suédoise<br>Boulgour BIO<br>***<br> Croc lait BIO                                                                                                                                                                          | <b>MARDI 11 NOVEMBRE</b><br>ARMISTICE 1918                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | <b>MERCREDI 12 NOVEMBRE</b><br> Salade verte, endives et raisin sec<br> Tajine de volaille abricot et raisin<br> Mélange de céréales BIO<br>***<br> Raisin | <b>JEUDI 13 NOVEMBRE</b><br> Velouté de potimarron BIO<br> Curry de pois chiche<br> Potimarron ferme Dache Dise<br> Riz 'El Maragato'<br>Pain perdu potimarron BIO et chocolat | <b> VENDREDI 14 NOVEMBRE</b><br> Concombres tzatziki<br> Merlu pané MSC<br> Penne BIO 'Euskal Pastak'<br>Brocolis BIO<br>Yaourt nature sucré Bleu blanc cœur "Larrea"                                                     |
| <b>LUNDI 17 NOVEMBRE</b><br>Crème de chou au fromage frais<br> Sauté de dinde 'Aldabia' aux champignons<br>Pomme de terre grenaille<br>***<br> Compote de pomme BIO                                                                                                                                  | <b>MARDI 18 NOVEMBRE</b><br> Œuf dur plein air mayonnaise<br> Boulettes de légumes<br> Semoule BIO<br> Légumes couscous BIO<br>Fruit de saison                  | <b>MERCREDI 19 NOVEMBRE</b><br> Soupe de légumes BIO "Légumes pro"<br> Chistora<br> Lentilles BIO<br>***<br> Cantal AOP                                  | <b>JEUDI 20 NOVEMBRE</b><br> Céleri rémoulade au citron<br> Crème saumon citronnée<br> Pâtes coquillettes BIO<br>***<br> Yaourt citron "Bastidarra" HVE                      | <b> VENDREDI 21 NOVEMBRE</b><br> Samoussa<br> Lomo mariné au jus<br> Petits pois BIO<br>***<br> Platanos IGP Canarias                |
| <b>LUNDI 24 NOVEMBRE</b><br> Velouté de carottes BIO à l'orange<br> Cocotte de poulet à l'orange<br>Blé BIO<br>***<br>Salade d'orange Marocaine                                                                                                                                                  | <b>MARDI 25 NOVEMBRE</b><br> Macédoine de légumes<br> Cordon bleu "Aldabia"<br>Mafaldine BIO "Euskal Pastak"<br>***<br> Yaourt nature sucré Ximun eta Xabi HVE                                                                               | <b>MERCREDI 26 NOVEMBRE</b><br>MENU A VOTER                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | <b>JEUDI 27 NOVEMBRE</b><br> Bouillon de pâtes alphabet<br> Tortilla Espagnole<br> Haricots beurre BIO persillés<br>***<br> Crème dessert chocolat BIO 'Pechalou'      | <b> VENDREDI 28 NOVEMBRE</b><br> Pâté basque HVE 'Ferme Accacia'<br> Brandade de poisson<br>Salade verte<br>***<br> Fruit de saison HVE                                                                             |
| <b>LUNDI 01 DECEMBRE</b><br> Œuf dur plein air sauce cocktail<br> Galette aux épinards<br> Riz IGP Camargue<br>***<br>Fruit de saison                                                                          | <b>MARDI 02 DECEMBRE</b><br> Salade, maïs et feta<br> Poisson meunière pêche durable<br>Boulgour BIO<br>Poireaux à la crème<br>Emmental                                                                                                                                                                                         | <b>MERCREDI 03 DECEMBRE</b><br> Saucisson<br> Poulet rôti "Fermiers Landais"<br> Macaronis BIO<br>***<br> Fruit de saison HVE                      | <b>JEUDI 04 DECEMBRE</b><br> Chou blanc vinaigrette au cidre de pomme<br> Parmentier de porc BIO aux pommes<br>Salade mesclun<br>***<br>Tarte aux pommes                                                                                                                                                                                         | <b> VENDREDI 05 DECEMBRE</b><br> Crème Dubarry BIO<br> Boulette Agneau à la provençale<br> Haricots blancs "Euskal Baserri"<br>***<br>Petits suisses aux fruits                                                     |
| <b>LUNDI 08 DECEMBRE</b><br> Salade de haricots verts BIO<br> Poulet sauce au curry<br>Semoule BIO<br>***<br> Yaourt à la Grecque BIO 'Pechalou'                                                               | <b>MARDI 09 DECEMBRE</b><br> Bouillon pâtes alphabet<br> Nugget's de blé<br> Purée de brocolis BIO<br>***<br> Fruit de saison HVE                         | <b>MERCREDI 10 DECEMBRE</b><br> Velouté de carottes BIO<br> Tortilla de pomme de terre<br> Carottes vichy BIO<br>***<br>Carotte cake                                                                                                    | <b>JEUDI 11 DECEMBRE</b><br> Salade de betteraves BIO et dés de mangue<br> Poisson MSC sauce à la mangue<br> Conchigli BIO 'Euskal Pastak'<br>***<br>Compote pomme mangue                                                                                   | <b> VENDREDI 12 DECEMBRE</b><br> Soupe à l'oignon et ses croutons<br> Echine de porc IGP à la moutarde<br>Pomme de terre fraîche au four<br>***<br>Cantal AOP                                                                                                                                            |
| <b>LUNDI 15 DECEMBRE</b><br> Coleslaw<br> Merlu pané MSC<br> Macaronis BIO au cheddar<br>***<br> Yaourt Poire Bio 'Cazaubon' | <b>MARDI 16 DECEMBRE</b><br> Velouté de légumes BIO "Légumes Pro"<br> Chili de légumes BIO aux haricots rouges<br> Riz BIO<br>***<br> Fruit de saison BIO | <b>MERCREDI 17 DECEMBRE</b><br>MENU DE NOËL                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | <b>JEUDI 18 DECEMBRE</b><br>LE MENU<br>de Noël                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | <b> VENDREDI 19 DECEMBRE</b><br> Betteraves BIO<br> Xistora Maison Montauzer<br> Lentilles BIO<br>***<br> Compote de pomme BIO |



UN JOUR  
UNE SAVEUR

Bertakoa.

**RÉCOLTE :**

**DE AOÛT À NOVEMBRE  
SELON LA VARIÉTÉ**

**IDÉES DE RECETTES :**  
– FROMAGE ET  
CONFITURE DE RAISIN  
– CLAFOUTIS  
– PAIN AUX RAISINS  
– MENDIANT

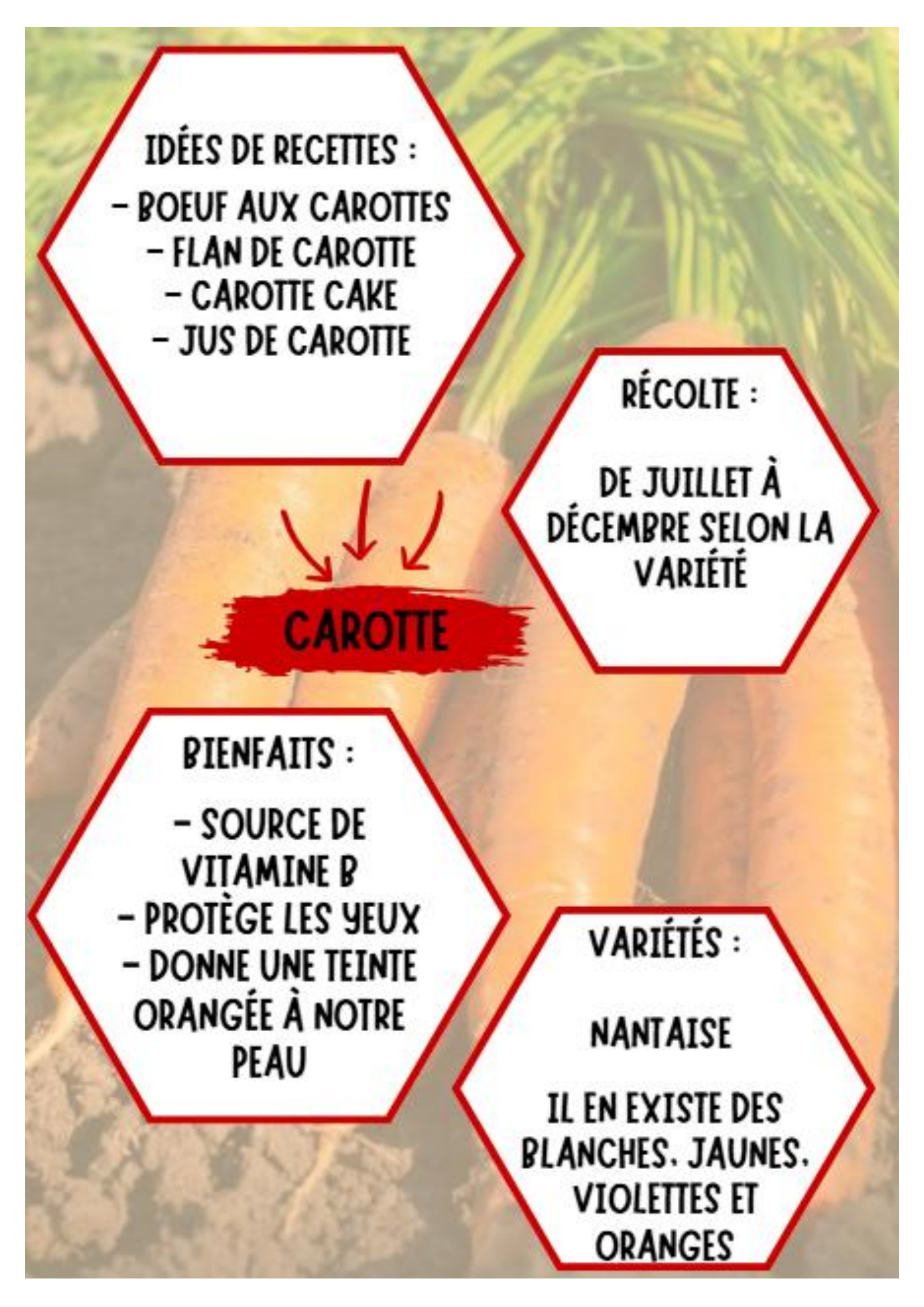
**RAISIN**

**VARIÉTÉS :**

**MUSCAT. DANLAS.  
CHASSELAS**

**ILS SONT CLASSÉS  
EN 2 CATÉGORIES  
LES BLANCS ET LES  
NOIRS**

**BIENFAITS :**  
– PRÉVENTION DES  
MALADIES  
CARDIOVASCULAIRES  
– PARTICIPE AU TRANSIT  
– PARTICIPE À  
L'HYDRATATION

- 
- An infographic about carrots. The background is a close-up of several carrots with green leafy tops. In the center, the word "CAROTTE" is written in white on a red brushstroke. Four red arrows point from this central text towards four white hexagonal boxes with red borders. Each box contains information about carrots: recipes, harvest time, benefits, and varieties.
- IDÉES DE RECETTES :**
- BOEUF AUX CAROTTES
  - FLAN DE CAROTTE
  - CAROTTE CAKE
  - JUS DE CAROTTE

**RÉCOLTE :**

**DE JUILLET À  
DÉCEMBRE SELON LA  
VARIÉTÉ**

- BIENFAITS :**
- SOURCE DE  
VITAMINE B
  - PROTÈGE LES YEUX
  - DONNE UNE TEINTE  
ORANGÉE À NOTRE  
PEAU

**VARIÉTÉS :**

**NANTAISE**

**IL EN EXISTE DES  
BLANCHES, JAUNES,  
VIOLETES ET  
ORANGES**