

Roquebrune Cap Martin (Elémentaire)

Menus du 02/03/2026 au 06/03/2026

MENU

de la semaine



LUNDI

Salade iceberg
et vinaigrette

Pain bio

Sauté de poulet (F) lr sauce
provençale

**Boulettes de blé sauce
provençale**

Carottes

Yaourt nature
dosette de sucre blanc

Cake à la noix de coco

MARDI

Macédoine de légumes
bio et vinaigrette

Pain bio

Dés de saumon pmd sauce
curry

Polenta

Cantal aop

Orange

MERCREDI

Céleri rémoulade

Pain bio

Sauté de boeuf (F) bio
façon bourguignon

Omelette bio

Purée de courge butternut
(butternut (F), PDT (4G))

Edam

Crème dessert saveur caramel

Cookies
Orange

JEUDI

Soupe de lentilles au cumin

Pain bio

Œuf dur (5G) bio sauce
béchamel

Flan de
courgettes, mozzarella et
basilic

Fromage frais à la vanille

Banane

VENDREDI

Carottes râpées
et vinaigrette

Pain bio

Meunière colin d'Alaska
pmd
et citron

Tortis tricolores bio
et emmental râpé

Camembert

Coupelle de purée de pommes
et poire

Roquebrune Cap Martin (Elémentaire)

Menus du 09/03/2026 au 13/03/2026

MENU

de la semaine



LUNDI

 Chou fleur bio
et vinaigrette

 Pain bio

 Sauté veau (F) bio sauce
marengo

 Emincé végétal sauce façon
blanquette

Pommes de terre boulangères

Yaourt nature
dosette de sucre blanc

  Pomme (F) bio

MARDI

Beignet de courgette

 Pain bio

Rôti de porc lr
et sauce crème champignons

 Galette végétal boulgour
haricots rouges façon mexicaine

Epinards (S) branches au
jus de légume

Fromage frais Tartare nature

 Banane bio

MERCREDI

 Salade iceberg
et vinaigrette

 Pain bio

Tajine poulet lr, pruneau,
raisin sec

 Sauce façon tajine, semoule
bio et pois

 Semoule bio

Bûche mélangée (lait vache et
chèvre)

Coupelle de purée de pommes

 Pain bio
Chocolat au lait

JEUDI

Salade de pommes de terre
(4G)
et vinaigrette

 Pain bio

 Omelette bio
Courgettes à la provençale

Fromage blanc nature
dosette de sucre blanc

 Poire de producteur lcl

VENDREDI

 Endives bio
et vinaigrette

 Pain bio aux céréales

 Poisson pané PMD riz
soufflé

Purée de brocolis (brocolis (S),
PDT (4G))

 Saint Nectaire aop

Liégeois saveur vanille sur lit
de caramel

sodexo


Appellation
d'Origine Protégée


Issu de
l'agriculture
biologique


Produit de la mer
durable


Produit local


Produit local

Les indications d'allergènes sont disponibles sur l'appli SoHappy

Roquebrune Cap Martin (Elémentaire)
Menus du 16/03/2026 au 20/03/2026

MENU

de la semaine



LUNDI

Cake polenta et basilic

Pain bio

Sauté de bœuf bio sauce
gardiane
**Boulettes de sarrasin, lentilles
et légumes**

Butternut (S) fondante

Cantal aop

Orange

MARDI

Salade iceberg
et vinaigrette

Pain bio aux céréales

Fricassée de dinde ctf

Pavé de colin (S) pmd
sauce romarin

Carottes

Yaourt nature
dosette de sucre blanc

Roulé au chocolat

MERCREDI

Haricot vert bio
et vinaigrette

Pain bio

Boulette de boeuf bio sauce
tomate

**Boulettes pois chiches bio
et sauce tomate**

Coquillettes semies
complètes bio
et emmental râpé

Fromage blanc bio
dosette de sucre blanc

Salade de fruits frais (F)

Madeleine longue
Coupelle de purée de pommes
et fraises

JEUDI

Carottes râpées
et vinaigrette

Pain bio

Quenelle (S) sauce mornay

Riz bio

Edam

Coupelle de purée de pomme
abricot

VENDREDI

Taboulé

Pain bio

Merlu pmd (S) sauce citron
Purée de courgettes et
pommes de terre

Gouda

Banane bio

sodexo



Appellation
d'Origine Protégée



Issu de
l'agriculture
biologique



Produit de la mer
durable



Viande certifiée



Produit local

Les indications d'allergènes sont disponibles sur l'appli SoHappy

Roquebrune Cap Martin (Elémentaire)
Menus du 23/03/2026 au 27/03/2026

MENU

de la semaine



LUNDI

 Macédoine de légumes bio et vinaigrette

 Pain bio

 Sauté veau (F) bio sauce marengo

 Merlu pmd sauce estragon

 Tian de carotte et riz

Fromage frais cantafrais

Salade de fruits frais (F)

MARDI

Samoussa de légumes

 Pain bio

 Poulet (F) lr sauce au paprika, persil

Galette de boulgour, haricot rouge et poivron
Courgettes

 Yaourt bio nature dosette de sucre blanc

 Ananas bio

MERCREDI

 Endives bio et vinaigrette

 Pain bio

 Sauté de boeuf (F) bio sauce tomate

Boulettes de sarrasin, lentilles et légumes sauce tomate

 Semoule bio

Coulommiers

Mousse au citron

Brownie

 Poire de producteur Ici

JEUDI

Tarte fromages, emmental et mozzarella

 Pain bio aux céréales

Curry de légumes et pommes de terre (Plat complet)

Fromage blanc nature dosette de sucre blanc

Orange

VENDREDI

Salade verte et vinaigrette

 Pain bio

 Pavé de colin (S) pmd sauce romarin

 Purée de courge butternut (butternut (F), PDT (4G))

 Saint Nectaire aop

Crème dessert saveur chocolat

Roquebrune Cap Martin (Elémentaire)
Menus du 30/03/2026 au 03/04/2026

MENU

de la semaine



LUNDI

Salade iceberg
et vinaigrette

 Pain bio

 Sauté de bœuf (F) bio
sauce aux olives

 Œuf dur (5G) bio sauce
aurore

Carottes

 Yaourt bio nature
dosette de sucre blanc

Clafoutis aux myrtilles

MARDI

 Potage de légumes bio
(carotte, céleri (F), poireaux
(S), PDT))

 Pain bio aux céréales

Jambon blanc*

 Pavé de colin (S) pmd
sauce citron

Ketchup

Pommes de terre quartier
avec peau

 Cantal aop

 Orange bio

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI




Appellation
d'Origine Protégée


Issu de
l'agriculture
biologique


Produit de la mer
durable

Les indications d'allergènes sont disponibles sur l'appli SoHappy