



LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

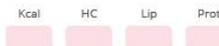
VENDREDI

01



1 AVRIL

02



2 AVRIL

03



3 AVRIL

04



4 AVRIL

05



5 AVRIL

08



Risotto de champignons

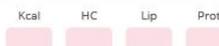
Saucisses au four 🍷

Chou-fleur issu de l'agriculture biologique 🌱🍃

Salade composée 🍷

Yaourt bio local 🍷🌱  
Fruits frais de saison 🍌

09



Soupe aux rigatonis

Filet de poulet à l'ail et au persil 🍷

Sauté bicolore de petits pois et carottes

Salade composée 🍷

Fromage  
Fruits frais de saison 🍌

10



Brocoli BIO à la vinaigrette française 🌱🍃

Parmentier de veau 🍷

Salade de laitue et olives 🍷

Salade composée 🍷

Fromage  
Fruits frais de saison 🍌

11



Mouliné de légumes avec des haricots verts BIO et du fromage à tartiner onctueux 🌱🍃🍷

Wok de spaghetti de blé entier avec poulet et légumes et une légère touche de soja 🍷

Crème dessert maison 🍷  
Fruits frais de saison 🍌

12



Mijoté de lentilles issues de l'agriculture biologique et jardinière de légumes 🌱🍃

Saumon au four

Frites

Salade composée 🍷

Yaourt bio local 🍷🌱  
Fruits frais de saison 🍌

15



Fusillis gratinés à la mozzarella

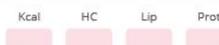
Filet de merlu sauce citron

Tomate rôtie à l'origan 🍷

Salade composée 🍷

Yaourt bio local 🍷🌱  
Fruits frais de saison 🍌

16



Velouté de courgette 🍌

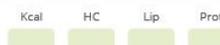
Pilons de poulet rôtis dans leur jus 🍷

Riz sauté au curry

Salade composée 🍷

Fromage  
Fruits frais de saison 🍌

17



Poêlée de citrouille BIO à la courgette et à la sauce soja 🍌🌱🍷

Croquettes de jambon

Parmentier aux pommes

Salade composée 🍷

Fromage  
Fruits frais de saison 🍌

18



Mouliné de haricots secs biologiques et de légumes 🌱🍃

Filet de porc rôti avec une touche de moutarde fine 🍷

Frites

Salade composée 🍷

Gâteau au chocolat maison 🍷  
Fruits frais de saison 🍌

19



Haricots verts issus de l'agriculture 🌱🍃

Macaroni à la bolognaise de bœuf 🍷

Salade composée 🍷

Yaourt bio local 🍷🌱  
Fruits frais de saison 🍌

Tous nos plats sont assaisonnés de sel iodé.

Les portions de nourriture servies seront ajustées en fonction de l'âge des élèves, de manière à garantir qu'ils reçoivent des quantités appropriées pour leur groupe d'âge. De plus, les élèves auront la possibilité de se resservir des entrées et des accompagnements s'ils le désirent.

Pour toutes les personnes souffrant d'allergies, d'intolérances alimentaires ou nécessitant un régime alimentaire particulier, un menu adapté à leurs besoins sera proposé.



Produit de proximité



Produit bio



Produit de saison



Fait frais



Produit frais



## LUNDI

22

Kcal HC Lip Prot

Chou-fleur issu de l'agriculture biologique confit à l'huile de paprika 🍴🌱

Cuisse de poulet rôti au citron 🍴🍋

Frites 🍴

Salade composée 🍴

Yaourt bio local ou 🍴🌱  
Fruits frais de saison 🍴🍌

## MARDI

23

Kcal HC Lip Prot

Macaronis complets à la Norma gratinés

Filet de flétan à l'andalou

Champignons aux haricots verts issus de l'agriculture biologique sautés 🍴🌱

Salade composée 🍴

Fromage

Fruits frais de saison 🍴🍌

## MERCREDI

24

Kcal HC Lip Prot

Crème de légumes 🍴🌱

Cannellonis à la viande gratinés

Salade composée 🍴

Fromage

Fruits frais de saison 🍴🍌

## JEUDI

25

Kcal HC Lip Prot

Mijoté de haricots secs issus de l'agriculture biologique 🍴🌱

Tandoori de dinde 🍴🍗

Riz pilaf

Salade composée 🍴

Riz au lait maison ou 🍴🍌

Fruits frais de saison 🍴🍌

## VENDREDI

26

Kcal HC Lip Prot

Soupe de vermicelles à la volaille hachée

Omelette de courgettes

Pisto de légumes 🍴🌱

Salade composée 🍴

Yaourt bio local ou 🍴🌱

Fruits frais de saison 🍴🍌

29

Kcal HC Lip Prot

Riz à la sauce tomate

Suprême de merlu à la galicienne

Petits pois issus de l'agriculture BIO sautés au beurre 🍴🌱

Salade composée 🍴

Yaourt bio local ou 🍴🌱  
Fruits frais de saison 🍴🍌

30

## ITALIA



Spaghettis à la sauce pesto

Pizza marguerita

Melanzane à la parmigiana 🍴

Salade composée 🍴

Tiramisu

Fruits frais de saison 🍴🍌



01

Kcal HC Lip Prot

## 1 MAI

02

Kcal HC Lip Prot

Lentilles bio à la jardinière 🍴🌱

Cordon bleu

Rondelles de courgettes rôties 🍴

Salade composée 🍴

Fromage

Yaourt bio local 🍴🍌

03

Kcal HC Lip Prot

Velouté de légumes avec des haricots verts issus de l'agriculture biologique 🍴🌱

Boulettes de bœuf en sauce blonde aux légumes 🍴🍗

Frites 🍴

Salade composée 🍴

Yaourt bio local ou 🍴🌱  
Fruits frais de saison 🍴🍌

50%  
DE VITAMINES  
ET MINÉRAUX

Légumes



DÎNE DE FAÇON  
ÉQUILBRÉE

25%  
DE PROTÉINES

Légumineuses, poisson,  
viande, œuf

25%  
D'HYDRATES  
DE CARBONE

Pomme de terre,  
pâtes et riz

Si tu as déjeuné:	Il est recommandé de dîner:
LÉGUMES CUISINÉS	CRUDITÉS
CRUDITÉS	LÉGUMES CUISINÉS
LÉGUMINEUSE	VIANDE / POISSON / OEUF
VIANDE	POISSON / OEUF / LÉGUMINEUSES
POISSON	VIANDE / OEUF / LÉGUMINEUSES
OEUF	POISSON / VIANDE / LÉGUMINEUSES
POMME DE TERRE	PÂTES / RIZ
PÂTES / RIZ	POMME DE TERRE

POUR UN  
GOÛTER

sain et durable  
REMPLEZ LES JUS PAR

UN FRUIT ET COMBINEZ  
LES YAOURTS ET LES  
FRUITS SECS



aprendiendo  
A COMER  
by sodexo