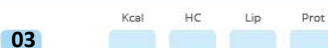




LUNDI



- 03**
- Buffet de salades biologiques
  - Chou-fleur bio à l'ail
  - Poêlée de petits pois BIO au jambon
  - Cuisse de poulet rôti au citron et au poivre
  - Œufs à la sauce tomate
  - Frites
  - Yaourt bio local ou
  - Fruits frais de saison

MARDI



- 04**
- Buffet de salades biologiques
  - Macaronis complets à la norma gratinés
  - Chou cabus aux pommes de terre et à l'ail
  - Filet de flétan à l'andalouse
  - Galette de carotte
  - Champignons aux haricots verts issus de l'agriculture biologique sautés
  - Fromage ou
  - Fruits frais de saison

MERCREDI



- 05**
- Buffet de salades biologiques
  - Brocoli issu de l'agriculture biologique rissoié
  - Velouté de poireaux
  - Riz à la sauce tomate et à l'œuf
  - Feuilleté au fromage et aux épinards
  - Fromage ou
  - Fruits frais de saison

JEUDI



- 06**
- Buffet de salades biologiques
  - Mijoté de haricots secs issus de l'agriculture biologique
  - Jardinière de légumes sautés
  - Tandoori de dinde
  - Falafels à la sauce au yaourt biologique
  - Riz pilaf
  - Panna cotta maison ou
  - Fruits frais de saison

VENDREDI



- 07**
- Buffet de salades biologiques
  - Soupe de vermicelles à la volaille hachée
  - Carottes et patates douces rôties
  - Saucisse à la plancha
  - Salade de légumineuses BIO au quinoa
  - Ratatouille de légumes
  - Yaourt bio local ou
  - Fruits frais de saison



- 10**
- Buffet de salades biologiques
  - Pâtes coudées à la carbonara aux lardons
  - Salade de riz
  - Suprême de merlu à la galicienne
  - Nems
  - Petits pois issus de l'agriculture BIO sautés au beurre
  - Yaourt bio local ou
  - Fruits frais de saison



- 11**
- Buffet de salades biologiques
  - Mijoté de lentilles issues de l'agriculture biologique et jardinière de légumes
  - Salade russe
  - Cordon bleu
  - Wok de spaghettis complets aux légumes avec une légère touche de soja
  - Rondelles de courgettes rôties
  - Fromage ou
  - Fruits frais de saison



- 12**
- Buffet de salades biologiques
  - Salade coleslaw
  - Aubergine au pisto de légumes et au fromage
  - Oeufs brouillés au bacon
  - Semoule de blé complet BIO aux légumes et poulet
  - Semoule de blé complet BIO
  - Fromage ou
  - Fruits frais de saison

GRÈCE



- 13**
- Buffet de salades biologiques
  - Salade grecque
  - Tzatziki avec "pan de pita"
  - Souvlaki
  - Moussaka gratinée
  - Fasolaki
  - Yaourt grec avec de la confiture
  - Fruits frais de saison



- 14**
- Buffet de salades biologiques
  - Vichisoise
  - Salade de mâche, champignons et tomates
  - Boulettes de soja à la sauce tomate traditionnelle
  - Boulettes de poulet en sauce blonde aux légumes
  - Frites
  - Fromage ou
  - Fruits frais de saison



- 17**
- Buffet de salades biologiques
  - Riz 3 délices
  - Salade de tomate au fromage frais et à l'origan
  - Omelette aux courgettes
  - Croquettes d'épinards
  - Chou-fleur BIO à l'ajilimójili
  - Yaourt bio local ou
  - Fruits frais de saison



- 18**
- Buffet de salades biologiques
  - Haricots verts issus de l'agriculture BIO au beurre
  - Salade de laitue, croûtons, pomme et carotte à la sauce au yaourt BIO
  - Filet de poulet au curry
  - Fideuá au poisson
  - Semoule de blé complet issu de l'agriculture biologique
  - Fromage ou
  - Fruits frais de saison



- 19**
- Buffet de salades biologiques
  - Velouté de carotte avec croûtons
  - Légumes grillés au four
  - Trinxat de la Cerdagne
  - Merlu en tempura
  - Haricots secs issus de l'agriculture biologique
  - Fromage ou
  - Fruits frais de saison



- 20**
- Buffet de salades biologiques
  - Salade de pois chiches BIO
  - Citrouille BIO rôtie au romarin
  - Saucisse grillée
  - Œufs brouillés au tofu issu de l'agriculture biologique
  - Frites
  - Riz au lait maison ou
  - Fruits frais de saison



- 21**
- Buffet de salades biologiques
  - Soupe de légumes
  - Tempura de courgette à la sauce soja
  - Cabillaud à la provençale
  - Macaronis sauce bolognaise aux lentilles et à la citrouille BIO
  - Pâtes sautées
  - Yaourt bio local ou
  - 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

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

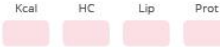
24



24 JUIN



25



Buffet de salades biologiques 🌿  
Riz napolitain 🍚  
Velouté de courgettes 🍆  
Filet de limanda en tempura 🐟  
Œufs brouillés aux jambon et fromage 🍳  
Poêlée de haricots verts BIO 🌿  
Yaourt bio local 🥛 ou 🌿  
Fruits frais de saison 🍎

26



Buffet de salades biologiques 🌿  
Poêlée de petits pois BIO au jambon 🍷  
Brocoli issu de l'agriculture biologique rissolé 🌿  
Omelette aux pommes de terre 🍳  
Fusillis issus de l'agriculture BIO avec sauce bolognaise végétarienne 🌿  
Rondelles d'aubergines rôties 🍆  
Fromage ou 🍷  
Fruits frais de saison 🍎

27



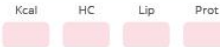
Buffet de salades biologiques 🌿  
Crème de potiron naturelle issue de l'agriculture biologique 🌿  
Chou-fleur bio à l'ail 🌿  
Pilons de poulet marinés au miel, au romarin et au citron 🍷  
Cannellonis aux épinards 🍷  
Riz pilaf 🍷  
Gâteau moelleux maison ou 🍷  
Fruits frais de saison 🍎

FIN DE PARCOURS!

Buffet de salades biologiques 🌿  
Salmorejo 🍷  
Melon au jambon 🍷  
Steak haché 🍷  
Pizza au levain au fromage 🍷  
Frites 🍷  
Glace ou 🍷  
Fruits frais de saison 🍎



Vacances d'été



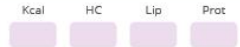
Vacances d'été



Vacances d'été



Vacances d'été



Vacances d'été



50%  
DE VITAMINES  
ET MINÉRAUX

Légumes



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

REMPLECEZ

LE PAIN BLANC

par

DU PAIN  
COMPLET



L'Eau Fruit