



LUNDI

03 Kcal HC Lip Prot

- Chou-fleur bio à l'ail
- Cuisse de poulet rôti au citron et au poivre
- Frites
- Salade composée
- Fruits frais de saison

MARDI

04 Kcal HC Lip Prot

- Macaronis complets à la norma gratinés
- Filet de flétan à l'andalouse
- Champignons aux haricots verts issus de l'agriculture biologique sautés
- Salade composée
- Yaourt bio local

MERCREDI

05 Kcal HC Lip Prot

5 JUIN

JEUDI

06 Kcal HC Lip Prot

- Mijoté de haricots secs issus de l'agriculture biologique
- Tandoori de dinde
- Riz pilaf
- Salade composée
- Panna cotta maison

VENDREDI

07 Kcal HC Lip Prot

- Soupe de vermicelles à la volaille hachée
- Saucisse à la plancha
- Ratatouille de légumes
- Salade composée
- Fruits frais de saison

10 Kcal HC Lip Prot

- Pâtes coudées à la carbonara aux lardons
- Suprême de merlu à la galicienne
- Petits pois issus de l'agriculture BIO sautés au beurre
- Salade composée
- Fruits frais de saison

11 Kcal HC Lip Prot

- Mijoté de lentilles issues de l'agriculture biologique et jardinière de légumes
- Cordon bleu
- Rondelles de courgettes rôties
- Salade composée
- Fromage

12 Kcal HC Lip Prot

12 JUIN

GRÈCE



13 Kcal HC Lip Prot

- Salade grèque
- Souvlaki
- Fasolakia
- Salade composée
- Yaourt grec avec de la confiture

14 Kcal HC Lip Prot

- Vychisoise
- Boulettes de soja à la sauce tomate traditionnelle
- Frites
- Salade composée
- Fruits frais de saison

17 Kcal HC Lip Prot

- Riz 3 délices
- Omelette aux courgettes
- Chou-fleur BIO à l'ajilimójili
- Salade composée
- Fruits frais de saison

18 Kcal HC Lip Prot

- Haricots verts issus de l'agriculture BIO au beurre
- Filet de poulet au curry
- Semoule de blé complet issu de l'agriculture biologique
- Salade composée
- Yaourt bio local

19 Kcal HC Lip Prot

19 JUIN

20 Kcal HC Lip Prot

- Salade de pois chiches BIO
- Saucisse grillée
- Frites
- Salade composée
- Riz au lait maison

21 Kcal HC Lip Prot

- Soupe de légumes
- Cabillaud à la provençale
- Pâtes sautées
- Salade composée
- 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

Kcal HC Lip Prot

24 JUIN



25

Kcal HC Lip Prot

Riz napolitain

Filet de limanda en tempura

Poêlée de haricots verts BIO

Salade composée

Yaourt bio local

26

Kcal HC Lip Prot

26 JUIN

27

Kcal HC Lip Prot

Crème de potiron naturelle issue de l'agriculture biologique

Pilons de poulet marinés au miel, au romarin et au citron

Riz pilaf

Salade composée

Gâteau moelleux maison

FIN DE PARCOURS!

Salmorejo

Steak haché

Frites

Salade composée

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 PROTÉINESLégumineuses, poisson,
viande, oeuf25%
D'HYDRATES
DE CARBONEPomme de terre,
pâtes et riz

Si tu as déjeuné:

LÉGUMES CUISINÉS

CRUDITÉS

LÉGUMINEUSE

VIANDE

POISSON

OEUF

POMME DE TERRE

PÂTES / RIZ

Il est recommandé de dîner:

CRUDITÉS

LÉGUMES CUISINÉS

VIANDE / POISSON / OEUF

POISSON / OEUF / LÉGUMINEUSES

VIANDE / OEUF / LÉGUMINEUSES

POISSON / VIANDE / LÉGUMINEUSES

PÂTES / RIZ

POMME DE TERRE

REMPLECEZ

LE PAIN BLANC

par

DU PAIN
COMPLET

L'Eau Fruit

aprenderdo
A COMER
by sodexo