



LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

29

Kcal HC Lip Prot

29 AVRIL

30

Kcal HC Lip Prot

30 AVRIL

1

Kcal HC Lip Prot

1 MAI



2

Kcal HC Lip Prot

2 MAI

3

Kcal HC Lip Prot

3 MAI

6

Kcal HC Lip Prot

Riz à la sauce tomate

Omelette aux pommes de terre

Chou-fleur BIO à ajilimójili

Salade composée

Fruits frais de saison

7

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 ou

8

Kcal HC Lip Prot

8 MAI

9

Kcal HC Lip Prot

Mitjoté de pois chiches BIO aux légumes

Saucisse à la plancha

Frites

Salade composée

Riz au lait maison

10

Kcal HC Lip Prot

Soupe de légumes

Cabillaud à la provençale

Pâtes sautées

Salade composée

Fruits frais de saison

13

Kcal HC Lip Prot

Minestrone avec des étoiles

Pizza au levain au fromage

Tomate rôtie à l'origan

Salade composée

Fruits frais de saison

14

Kcal HC Lip Prot

Velouté de citrouille issues de l'agriculture biologique

Pilons de poulet marinés au miel, romarin et citron

Frites

Salade composée

Yaourt bio local ou

15

Kcal HC Lip Prot

15 MAI

16

Kcal HC Lip Prot

16 MAI

17

Kcal HC Lip Prot

17 MAI

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

20

Kcal HC Lip Prot

20 MAI

21

Kcal HC Lip Prot

Riz napolitain

Filet de merlu sauce citron

Sauté bicolore de petits pois et carottes 🌞

Salade composée 🍷

Yaourt bio local ou 🌱📍

22

Kcal HC Lip Prot

22 MAI

23

JORNÉE AMÉRICAINE

Salade coleslaw 🍷

Burger complet

Frites

Salade composée 🍷

Chocolate tart



24

Kcal HC Lip Prot

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

Oeufs brouillés aux champignons 🍷

Haricots verts sautés de culture biologique 🌱

Salade composée 🍷

Fruits frais de saison 🌞

27

Kcal HC Lip Prot

Fusillis gratinés à la mozzarella

Saumon au four

Jardinière de légumes

Salade composée 🍷

Fruits frais de saison 🌞

28

Kcal HC Lip Prot

Velouté de courgettes

Pilons de poulet rôtis dans leur jus 📍

Frites

Salade composée 🍷

Yaourt bio local 🌱📍

29

Kcal HC Lip Prot

29 MAI

30

Kcal HC Lip Prot

Mouliné de haricots secs biologiques et de légumes 🌱

Omelette aux courgettes 🌞

Tomate rôtie à l'origan 🍷

Salade composée 🍷

Gâteau maison 🍷

31

Kcal HC Lip Prot

Haricots verts issus de l'agriculture biologique avec des pommes de terre rôties 🌱

Macaroni à la bolognaise végétarienne

Salade composée 🍷

Fruits frais de saison 🌞

50%
DE VITAMINES
ET MINÉRAUX

Légumes



25%
DE PROTÉINES

Légumineuses, poisson,
viande, oeuf

25%
D'HYDRATES
DE CARBONE

Pomme de terre,
pâtes et riz

L'Eau Fruit

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

RÉDUISEZ

LA CONSOMMATION

d'aliments

CUISINÉS
et
ULTRA TRANSFORMÉS



aprendiendo
A COMER
by sodexo