

Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

Kcal HC Lip Prot

Kcal HC Lip Prot

Kcal HC Lip Prot

Kcal HC Lip Prot

Kcal HC Lip Prot

1

2

01 MAI



- Bio lentilles braisées aux légumes
- Oeuf brouillé aux champignons
- Aubergine au four
- Salade composée
- Fruit de saison

Kcal HC Lip Prot

Kcal HC Lip Prot

Kcal HC Lip Prot

Kcal HC Lip Prot

Kcal HC Lip Prot

5

6

7

8

9

- Riz blanc à la sauce tomate frite
- Omelette de courgettes
- Chou-fleur bio à l'ajilimójili
- Salade composée
- Fruit de saison

- Haricots verts poêlés au beurre et ail
- Poulet au curry
- Semoule de blé complet bio
- Salade composée
- Yaourt bio local

07 MAI

- Brocoli eco sautés à l'ail et oignons
- Cabillaud à la provençale
- Pommes de terre au four
- Salade composée
- Fruit de saison

- Salmorejo à la tomate issue de l'agriculture biologique, garni de jambon et d'œuf
- Macaronis sauce bolognaise aux lentilles et à la citrouille bio
- Salade composée
- Fruit de sainson

Kcal HC Lip Prot

Kcal HC Lip Prot

Kcal HC Lip Prot

Kcal HC Lip Prot

Kcal HC Lip Prot

12

13

14

15

16

- Chou-fleur bio à l'ail
- Steak haché grillé
- Pommes de terre frites
- Salade composée
- Fruit de saison

- Macédoine de légumes poêlés
- Pilons de poulet marinés au miel, au romarin et au citron
- Riz au curry
- Salade composée
- Yaourt bio local

14 MAI

- Bio lentilles braisées aux légumes
- Pizza aux 4 fromages
- Tomate rôtie bio
- Salade composée
- Fruit de saison

- Macaronis sauce tomate faite maison
- Limande farinée
- Champignons et carottes sautées
- Salade composée
- Fruit 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

19

Kcal HC Lip Prot

- Soupe « de pluie »
- Saumon au four
- Poêlé bicolore de petits pois bio et carottes
- Salade composée
- Fruit de saison

20

Kcal HC Lip Prot

- Risotto aux champignons
- Escalope de poulet au four
- Chou-fleur bio à l'ajilimójili
- Salade composée
- Yaourt bio local

21

Kcal HC Lip Prot

21 MAI

22

Kcal HC Lip Prot

- Salade grecque avec tomate bio
- Fideua de poissons et légumes du potager
- Salade composée
- Gâteau maison au chocolat

23

Kcal HC Lip Prot

- Salade de légumineuses bio au quinoa
- Oeufs brouillés aux jambon et fromage
- Pommes de terre frites
- Salade composée
- Fruit de saison

26

Kcal HC Lip Prot

- Macaronis au gratin
- Filet de flétan à l'andalouse
- Courge bio rôtie
- Salade composée
- Fruit de saison

27

Kcal HC Lip Prot

- Bio lentilles braisées aux légumes
- Pilons de poulet rôtis
- Riz au curry
- Salade composée
- Yaourt bio local

28

Kcal HC Lip Prot

28 MAI



Amérique

- Salade coleslaw
- New york hot dog
- Pommes de terre au four
- Salade composée
- Fruit de saison

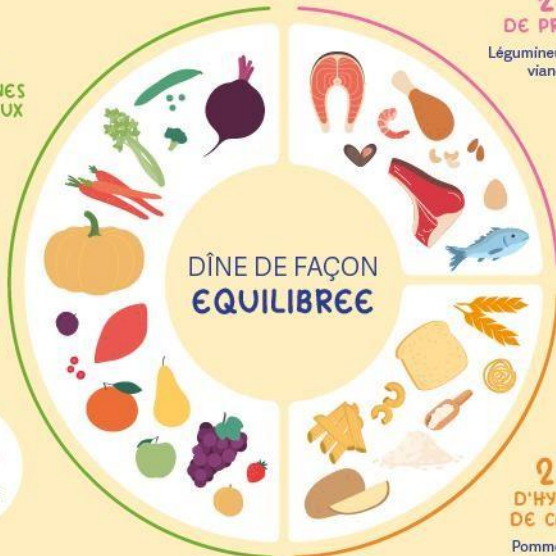


30

Kcal HC Lip Prot

- Salmorejo à la tomate issue de l'agriculture biologique, garni de jambon et d'œuf
- Omelette de pommes de terre
- Petits pois eco poêlés
- Salade composée
- Fruit de saison

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 dejeune:	Il est recommande de diner:
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

Nous misons sur

L'INNOVATION GASTRONOMIQUE

En compagnie de notre Chef Exécutif, Pepe Rodriguez, découvrez comment Sodexo encourage les élèves à goûter de nouveaux aliments avec des recettes savoureuses et des techniques innovantes :



L'Eau Fruit



GOÛTERS

(Maternelle - TPS)



LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

Yogur

Plátano

Plátano

Yogur

Pan integral

Queso





GOÛTERS

(Maternelle - GS, MS, PS)



LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

Yogur

Fruta fresca de
temporada

Fruta fresca de
temporada

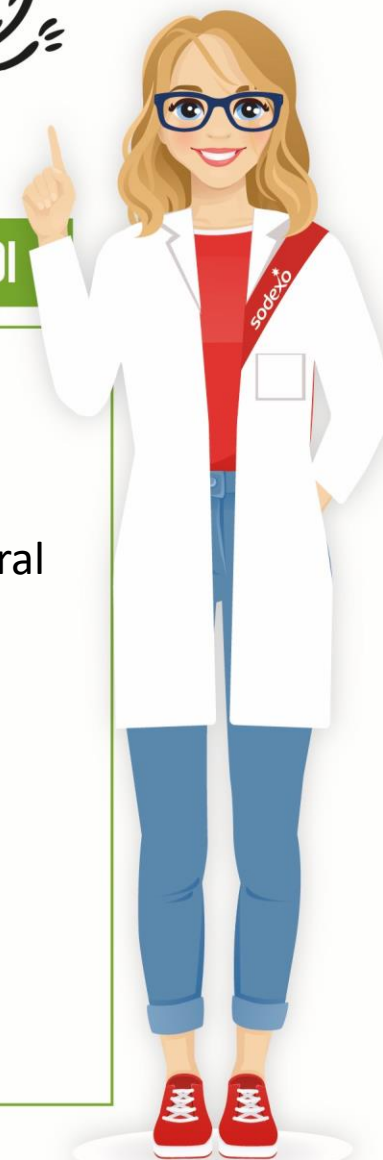
Yogur

Pan integral

Queso

La fruta fresca se variará mínimo cada 15 días.

En caso de que la fruta esté demasiado dura se sustituirá por compota de manzana o de pera sin azúcares añadidos.



sodexo