

Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

31

Kcal	HC	Lip	Prot
█	█	█	█

Macaronis au gratin
 Filet de flétan à l'andalouse
 Courge bio rôti 🌱
 Salade composée 🌱🌿
 Fruit de saison 🍌

1

Kcal	HC	Lip	Prot
█	█	█	█

Soupe de courgette 🌿
 Pignons de poulet rôtis 📍
 Pommes duchesses
 Salade composée 🌱🌿
 Yaourt bio local 📍🌱

2

Kcal	HC	Lip	Prot
█	█	█	█

02 AVRIL

3

Kcal	HC	Lip	Prot
█	█	█	█

Poêlée d'haricots vert bio et pommes de terre 🌱🍌
 Macarrones con salsa boloñesa de ternera liceo 📍
 Salade composée 🌱🌿
 Fruit de saison 🍌

4

Kcal	HC	Lip	Prot
█	█	█	█

Bio lentilles braisées aux légumes 🌱🍌
 Omelette de courgettes
 Tomate rôtie 🌿
 Salade composée 🌱🌿
 Fruit de saison 🍌

7

Kcal	HC	Lip	Prot
█	█	█	█

Macaronis complets à la norma gratinés
 Merlu au four avec du citron
 Champignons aux haricots verts issus de l'agriculture biologique sautés 🌱🍌
 Salade composée 🌱🌿
 Fruit de saison 🍌

8

Kcal	HC	Lip	Prot
█	█	█	█

Brocoli eco sautés à l'ail et oignons 🌱
 Ragoût de poulet 📍
 Riz pilaf
 Salade composée 🌱🌿
 Yaourt bio local 📍🌱

9

Kcal	HC	Lip	Prot
█	█	█	█

09 AVRIL

10

Kcal	HC	Lip	Prot
█	█	█	█

Soupe au poulet 📍
 Omelette de pommes de terre
 Ratatouille 🍌
 Salade composée 🌱🌿
 Riz au lait maison 🍌

11

Kcal	HC	Lip	Prot
█	█	█	█

Pois chiche eco aux légumes 🌱🍌
 Escalope de poulet rôtie au citron 📍
 Pommes de terre frites
 Salade composée 🌱🌿
 Fruit de saison 🍌

14

Kcal	HC	Lip	Prot
█	█	█	█

14 AVRIL

15

Kcal	HC	Lip	Prot
█	█	█	█

15 AVRIL

16

Kcal	HC	Lip	Prot
█	█	█	█

16 AVRIL

17

Kcal	HC	Lip	Prot
█	█	█	█

17 AVRIL

18

Kcal	HC	Lip	Prot
█	█	█	█

18 AVRIL

sodexo

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

21

Kcal HC Lip Prot

21 AVRIL

22

Kcal HC Lip Prot

22 AVRIL

23

Kcal HC Lip Prot

23 AVRIL

24

Kcal HC Lip Prot

24 AVRIL

25

Kcal HC Lip Prot

25 AVRIL

28

Kcal HC Lip Prot

Nouilles à la carbonara
 Suprême de merlu à la galicienne
 Petits pois issus de l'agriculture bio sautés au beurre
 Salade composée
 Fruit de saison

29

ANDALOUSIE

Gaspacho andalou
 Flamenquines au jambon et fromage
 Pommes de terre « du pauvre »
 Salade composée
 Yaourt bio local



30

Kcal HC Lip Prot

30 AVRIL

01

Kcal HC Lip Prot

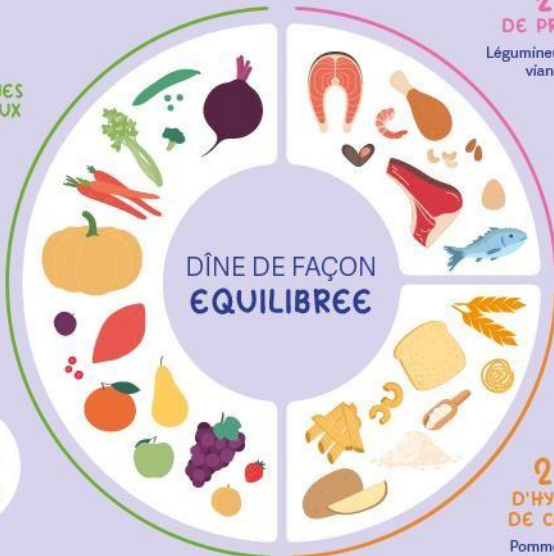
01 MAI

02

Kcal HC Lip Prot

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

50%
DE VITAMINES
ET MINÉRAUX
Légumes



25%
DE PROTÉINES
Légumineuses, poisson,
viande, oëuf

25%
D'HYDRATES
DE CARBONE
Pomme de terre,
pâtes et riz

Si tu as dejeuner:	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 soutenons la

**FORMATION
NUTRITIONNELLE**
des élèves



Découvrez en compagnie de notre Chef Exécutif, Pepe Rodríguez, les activités que nous menons dans les cantines pour promouvoir une alimentation saine et durable:



L'Eau Fruit



GOÛTERS

(Maternelle - GS, MS, PS)



LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

Yogur

Fruta fresca de
temporada

Fruta fresca de
temporada

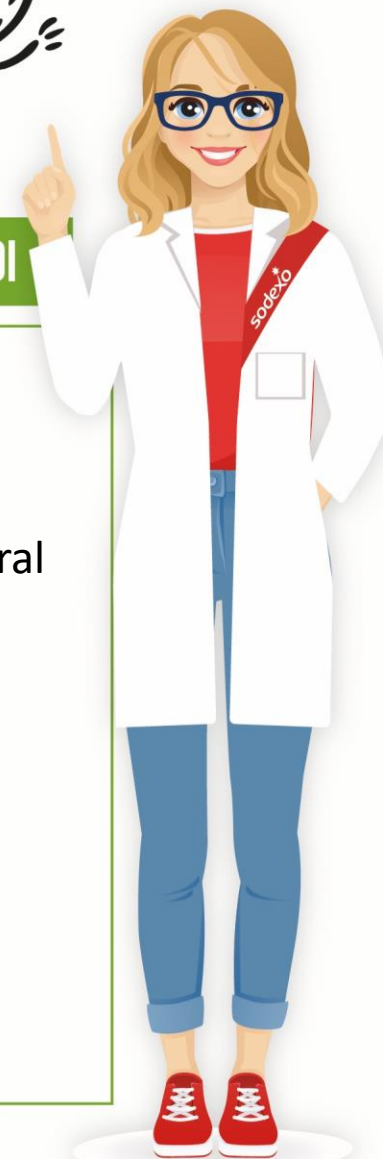
Yogur

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



GOÛTERS

(Maternelle - TPS)



LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

Yogur

Plátano

Plátano

Yogur

Pan integral

Queso

