

Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

24 FÉVRIER

25 FÉVRIER

26 FÉVRIER

27 FÉVRIER

28 FÉVRIER



3

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

4

Riz blanc à la sauce tomate frite
Oeuf brouillé aux champignons
Aubergine au four
Crudité eco
Yaourt bio local

5

05 MARS

6

Bio lentilles braisées aux légumes
Cordon bleu de dinde
Courgette au four
Crudité eco
Gâteau au citron

7

Bouillon de pot-au-feu
Carn d'olla avec des pois chiches bio
Crudité eco
Fruit de saison

10

Riz cantonnais
Omelette de courgettes
Chou-fleur bio à l'ajillimójili
Crudité eco
Fruit de saison

11

Haricots verts poêlés au beurre et ail
Poulet au curry
Semoule de blé complet bio
Crudité eco
Yaourt bio local

12

12 MARS

13

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

14

Crème vichy
Macaronis sauce bolognaise aux lentilles et à la citrouille bio
Crudité eco
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

17

Kcal HC Lip Prot

- Haricots verts eco poêlé
- Steak haché grillé
- Pommes de terre frites
- Crudité eco
- Fruit de saison

Mardi

18

Kcal HC Lip Prot

- Velouté de potiron eco
- Pilons de poulet marinés au miel, au romarin et au citron
- Riz au curry
- Crudité eco
- Yaourt bio local

Mercredi

19

Kcal HC Lip Prot

19 MARS

Jeudi

20

Kcal HC Lip Prot

- Bio lentilles braisées aux légumes
- Pizza aux 4 fromages
- Tomate rôtie
- Crudité eco
- Fruit de saison

Vendredi

21

Kcal HC Lip Prot

- Macaronis sauce tomate faite maison
- Limande farinée
- Champignons et carottes sautées
- Crudité eco
- Fruit de saison

24

Kcal HC Lip Prot

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

25

Kcal HC Lip Prot

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

26

Kcal HC Lip Prot

26 MARS

27

Kcal HC Lip Prot

- Ragoût d'haricots blanc écologiques aux légumes
- Oeufs brouillés aux jambon et fromage
- Pommes de terre frites
- Crudité eco
- Fruit de saison

28

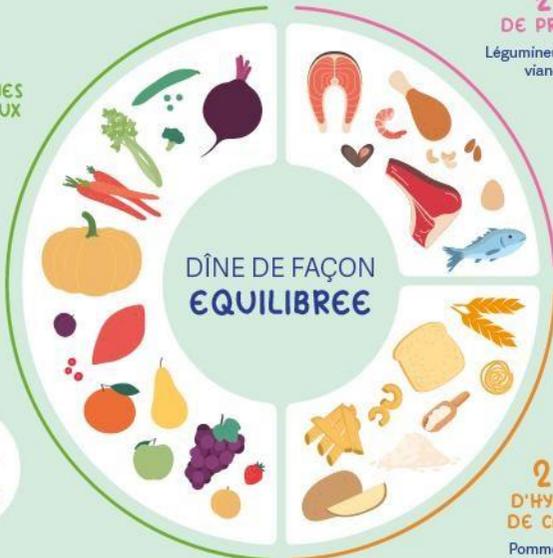
Kcal HC Lip Prot

CARAÏBES

- Velouté de maïs caribéen
- Riz au poulet à la cubaine et petits pois bio
- Crudité eco
- Fruit 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

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

Quel rôle joue l'alimentation dans LA RÉUSSITE SCOLAIRE ?



Scannez le QR et découvrez-le avec notre Chef Executif Pepe Rodríguez



GOÛTERS

(Maternelle - TPS)



LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

Yogur

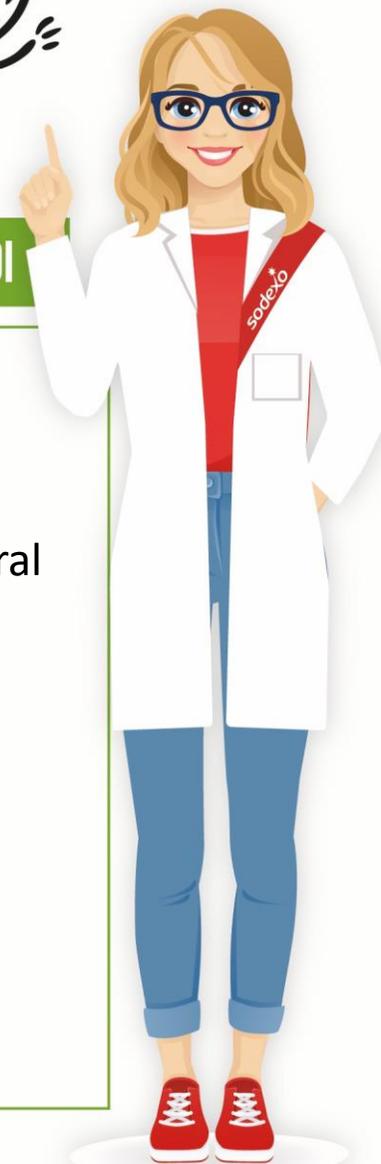
Plátano

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.

