

Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

2

Kcal HC Lip Prot

- Haricots verts eco poêlé 🌱☀️
- Pilons de poulet marinés au miel, au romarin et au citron 📍
- Riz au curry
- Salade composée 🌱🌿
- Fruit de saison ☀️

3

Kcal HC Lip Prot

- Macaronis sauce tomate faite maison
- Limande farinée
- Champignons et carottes sautées
- Salade composée 🌱🌿
- Yaourt bio local 📍🌱

4

Kcal HC Lip Prot

04 DÉCEMBRE

5

Kcal HC Lip Prot

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

6

Kcal HC Lip Prot

06 DÉCEMBRE



9

Kcal HC Lip Prot

- Soupe « de pluie »
- Merlu au four avec du citron
- Courge bio rôtie 🌱🌿
- Salade composée 🌱🌿
- Fruit de saison ☀️

10

Kcal HC Lip Prot

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

11

Kcal HC Lip Prot

11 DÉCEMBRE

12

Kcal HC Lip Prot

- Velouté des haricots verts eco 🌱☀️
- Fideua de poissons et légumes du potager
- Salade composée 🌱🌿
- Fruit de saison ☀️

13

Kcal HC Lip Prot

- Ragoût des pois chiches écologiques aux carottes 🌱
- Oeuf brouillé aux champignons 🍳
- Pommes duchesses
- Salade composée 🌱🌿
- Fruit de saison ☀️

16

Kcal HC Lip Prot

- Macaronis au gratin
- Saumon au four 📍
- Poêlé bicolor de petits pois bio et carottes 🌱
- Salade composée 🌱🌿
- Fruit de saison ☀️

17

Kcal HC Lip Prot

- Soupe de courgette 🌿
- Pilons de poulet rôtis 📍
- Riz pilaf garnison
- Salade composée 🌱🌿
- Yaourt bio local 📍🌱

18

Kcal HC Lip Prot

18 DÉCEMBRE

19

Kcal HC Lip Prot

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

Repas de Noël

- Soupe de pipe rigate
- Pilons de poulet avec des prunes et raisins secs 📍
- Pommes de terre frites
- Salade composée 🌱🌿
- Buche de Noël



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

23

Kcal HC Lip Prot

23 DÉCEMBRE

24

Kcal HC Lip Prot

24 DÉCEMBRE

25

Kcal HC Lip Prot



26

Kcal HC Lip Prot

26 DÉCEMBRE

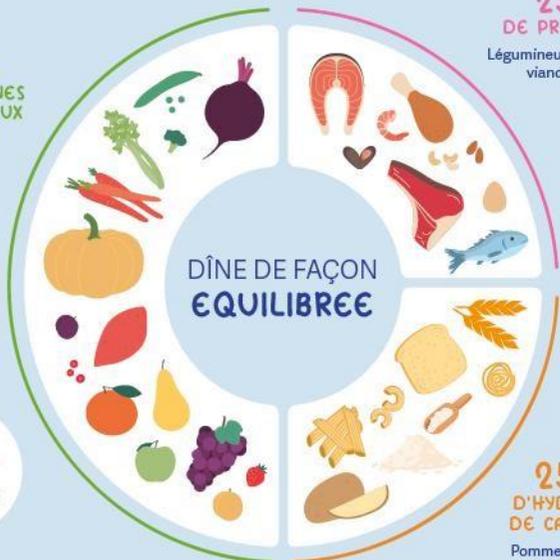
27

Kcal HC Lip Prot

27 DÉCEMBRE

Kcal HC Lip Prot

50%
DE VITAMINES
ET MINÉRAUX
Légumes



25%
DE PROTÉINES
Légumineuses, poisson,
viande, oeuf

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

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

Découvrez
comment **sodexo**
a fait progresser
l'EXPÉRIENCE DU
REPAS EN CANTINE



L'Eau Fruit