

Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

	Kcal	HC	Lip	Prot
2				
Salade de crudités bio  				
Soupe « de pluie »				
Saumon au four				
Poêlée de courge bio, courgette et soja  				
Fruits frais de saison   				

	Kcal	HC	Lip	Prot
9				
Salade de crudités bio  				
Riz blanc avec sauce tomate maison parfumée 				
Merlu au four avec du citron				
Salade verte et olives 				
Fruits frais de saison   				

	Kcal	HC	Lip	Prot
16				

16 FÉVRIER

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 ressourcer 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.

	Kcal	HC	Lip	Prot
17				

17 FÉVRIER

	Kcal	HC	Lip	Prot
18				

18 FÉVRIER

	Kcal	HC	Lip	Prot
19				

19 FÉVRIER

	Kcal	HC	Lip	Prot
20				

20 FÉVRIER

4 FÉVRIER

11 FÉVRIER

18 FÉVRIER

19 FÉVRIER

20 FÉVRIER



produit de proximité



produit eco



produit de saison



fait frais



produit frais

Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

	Kcal	HC	Lip	Prot
23				
Salade de crudités bio	✿✿✿			
Macaronis complets bio alla norma gratinés aux dés d'aubergine	✿			
Filet de flétan en tempura				
Champignons sautés aux haricots verts bio	✿			
Fruits frais de saison	✿✿✿			

	Kcal	HC	Lip	Prot
24				
Salade de crudités bio	✿✿			
Riz dans son jus aux légumes				
Ragoût de poulet mijoté façon traditionnelle	✿			
Salade verte et betteraves	✿			
Yaourt bio local	✿✿			

	Kcal	HC	Lip	Prot
25				

25 FÉVRIER



- Salade de crudités bio
- Salade caprese au basilic masqué
- Pizza mixte au fromage fondu
- Panna cotta



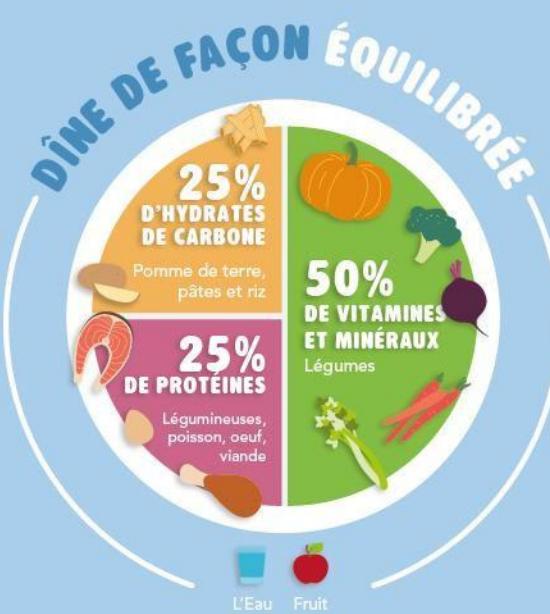
	Kcal	HC	Lip	Prot
2 MARS				

	Kcal	HC	Lip	Prot
3 MARS				

	Kcal	HC	Lip	Prot
4 MARS				

	Kcal	HC	Lip	Prot
5 MARS				

	Kcal	HC	Lip	Prot
6 MARS				



SI TU AS DÉJEUNÉ:	IL EST RECOMMANDÉ DE DÎNER:
LÉGUMES CUISENÉS	CRUDITÉS
CRUDITÉS	LÉGUMES CUISENÉS
LÉGUMINEUSE	VIANDE / POISSON / OŒUF
VIANDE	POISSON / OŒUF / LÉGUMINEUSES
POISSON	VIANDE / OŒUF / LÉGUMINEUSES
OŒUF	POISSON / VIANDE / LÉGUMINEUSES
POMME DE TERRE	PÂTES / RIZ
PÂTES / RIZ	POMME DE TERRE

UNE ASSIETTE MULTICOLORE APporte UNE VARIÉTÉ DE NUTRIMENTS ET REND LE REPAS PLUS ATTRAYANT

Combinez des fruits et des légumes rouges, verts, orange/jaunes et violets/blancs pour une alimentation équilibrée !



aprendiendo
a COMER
by sodexo