

Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

Kcal HC Lip Prot

27 AVRIL

Kcal HC Lip Prot

28 AVRIL

Kcal HC Lip Prot

29 AVRIL

Kcal HC Lip Prot



30 AVRIL



Kcal HC Lip Prot

1 MAI

4




Kcal HC Lip Prot

Salade de crudités bio  

Gaspacho andalou  



Saumon au four


Riz sauté au curry


Fruits frais de saison   



5

Kcal HC Lip Prot

Salade de crudités bio  

Crème vichy de carottes bio 

Fusilli complets biologiques à la bolognaise végétarienne 

Yaourt bio local  



6


Kcal HC Lip Prot


6 MAI


7



Kcal HC Lip Prot

Salade de crudités bio  

Macaronis complets bio alla norma gratinés aux dés d'aubergine 



Dinde rôti façon tandoori 


Potiron bio rôti 

Fruits frais de saison   

8




Kcal HC Lip Prot

Salade de crudités bio  

Pois chiches bio à la jardinière 



Omelette de pommes de terre


Champignons et carottes sautées


Fruits frais de saison   

11




Kcal HC Lip Prot

Salade de crudités bio  

Haricots verts bio sautés à l'ail et oignon fondant 



Steak haché grillé 


Pommes de terre frites

Fruits frais de saison   


12



Kcal HC Lip Prot

Salade de crudités bio  

Riz dans son jus aux légumes 

Merlu en sauce beurre blanc

Aubergine au four 

Yaourt bio local  



13

Kcal HC Lip Prot

13 MAI






USA

Salade de crudités bio  

Mac & cheese complets façon comanche

Nuggets de poulet au four



Anneaux d'oignon



Fruits frais de saison   






15

Kcal HC Lip Prot

Salade de crudités bio  

Gaspacho andalou  

Fideuà de poisson et légumes du potager

Fruits frais 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.

Consultez ici les allergènes du menu (cliquez sur chaque plat pour voir le détail)

<https://someal.app/lfb>



Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

18

Kcal HC Lip Prot

- Salade de crudités bio
- Riz blanc avec sauce tomate maison
- Omelette
- Poêlée bicolore de petits pois bio et carotte
- Fruits frais de saison

19

Kcal HC Lip Prot

- Salade de crudités bio
- Brocoli en vinaigrette
- Fusilli complets à la bolognaise végétarienne
- Yaourt bio local

20

Kcal HC Lip Prot

20 MAI

21

Kcal HC Lip Prot

- Salade de crudités bio
- Salade de pois chiches bio à la vinaigrette de légumes
- Filet de poulet rôti au curry
- Pommes de terre frites
- Fruits frais de saison

22

Kcal HC Lip Prot

- Salade de crudités bio
- Lentilles bio mijotées façon maraîchère
- Pizza margherita au fromage fondu
- Tomate rôtie
- Fruits frais de saison

25

Kcal HC Lip Prot

25 MAI

26

Kcal HC Lip Prot

26 MAI

27

Kcal HC Lip Prot

27 MAI

28

Kcal HC Lip Prot

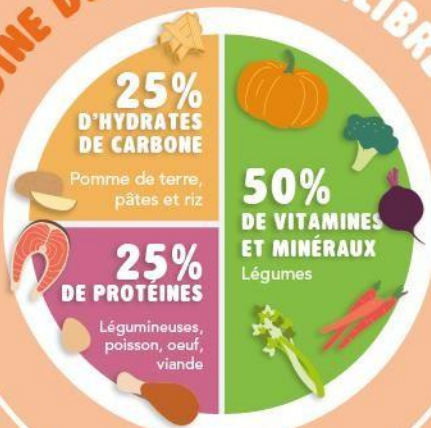
- Salade de crudités bio
- Haricots verts poêlés avec des pommes de terre
- Pilons de poulet rôtis au miel, romarin et citron
- Poêlée de courge bio, courgette et soja
- Fruits frais de saison

29

Kcal HC Lip Prot

- Salade de crudités bio
- Haricots verts poêlés
- Filet de flétan en tempura
- Ratatouille
- Fruits frais de saison

DÎNE DE FAÇON ÉQUILIBRÉE



L'Eau Fruit

SI TU AS DÉJEUNÉ:	IL EST RECOMMANDÉ DE DÎNER:
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

LE LOCAL, ÇA A DU GOÛT !

Consommer des **produits locaux**, c'est faire un pas vers une **alimentation plus consciente, durable et équilibrée.**



aprendi^{endo}
A COMER
by sodexo