

Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

Kcal HC Lip Prot

30 MARS

Kcal HC Lip Prot

31 MARS

Kcal HC Lip Prot

1 AVRIL

Kcal HC Lip Prot

2 AVRIL

Kcal HC Lip Prot

3 AVRIL

6

Kcal HC Lip Prot

6 AVRIL

7

Kcal HC Lip Prot

7 AVRIL

8

Kcal HC Lip Prot

8 AVRIL

9

Kcal HC Lip Prot

9 AVRIL

10

Kcal HC Lip Prot

10 AVRIL

13

Kcal HC Lip Prot

Salade de crudités bio 🌱🌿
 Macaronis complets biologiques avec
 sauce tomate maison 🌱
 Lieu fariné
 Potiron bio rôti 🌱
 Fruits frais de saison 🌱🌿🌞🌿

14

Kcal HC Lip Prot

Salade de crudités bio 🌱🌿
 Riz dans son jus aux légumes
 Filet de poulet rôti au citron et poivre 🍷
 Champignons sautés aux haricots verts bio 🌱
 Yaourt bio local 🌱🍷

15

Kcal HC Lip Prot

15 AVRIL

 **ALLEMAGNE**

Salade de crudités bio 🌱🌿
 Crème de pomme de terre allemande
 Filet de saxe braisé façon chef viking 🍷
 Choucroute
 Fruits frais de saison 🌱🌿🌞🌿



17

Kcal HC Lip Prot

Salade de crudités bio 🌱🌿
 Haricots verts poêlés
 Omelette maison pommes de terre et
 courgette
 Salade verte, tomates et maïs 🌱
 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.

*Menu ELEMENTAIRE



produit de proximité



produit eco



produit de saison



fait frais



produit frais

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

<https://someal.app/lfb>


Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

20

Kcal HC Lip Prot

Salade de crudités bio

Riz à la milanaise

Ragoût de poulet mijoté façon traditionnelle

Courgette au four

Fruits frais de saison

21

Kcal HC Lip Prot

Salade de crudités bio

Salade aux pois chiches

Omelette de pommes de terre

Ratatouille

Yaourt bio local

22

Kcal HC Lip Prot

22 AVRIL

23

Kcal HC Lip Prot

Salade de crudités bio

Vichyssoise aux poireaux

Pilons de poulet rôtis au citron

Couscous complet bio

Fruits frais de saison

24

Kcal HC Lip Prot

Salade de crudités bio

Macaronis complets bio alla norma gratinés
aux dés d'aubergine

Merlu en sauce beurre blanc

Chou-fleur bio poêlé à l'ajilimojili

Fruits frais de saison

27

Kcal HC Lip Prot

Salade de crudités bio

Lentilles bio mijotées façon maraîchère

Escalope de poulet au four

Pommes de terre au four

Fruits frais de saison

28

Kcal HC Lip Prot

Salade de crudités bio

Salade russe

Cordon bleu de dinde

Tomate rôtie

Yaourt bio local

29

Kcal HC Lip Prot

29 AVRIL

30

Kcal HC Lip Prot

Salade de crudités bio

Fusilli complets bio à la carbonara et

lardons

Merlu grillé

Poêlée de courge bio, courgette et soja

Fruits frais de saison

1 MAI



SI TU AS DÉJEUNÉ:

LÉGUMES CUISINÉS

CRUDITÉS

LÉGUMINEUSE

VIANDE

POISSON

OEUF

POMME DE TERRE

PÂTES / RIZ

IL EST RECOMMANDÉ DE DÎNER:

CRUDITÉS

LÉGUMES CUISINÉS

VIANDE / POISSON / OEUF

POISSON / OEUF / LÉGUMINEUSES

VIANDE / OEUF / LÉGUMINEUSES

POISSON / VIANDE / LÉGUMINEUSES

PÂTES / RIZ

POMME DE TERRE

CHOISIR

DES ALIMENTS FRAIS,

NATURELS ET AVEC MOINS D'EMBALLAGE
AMÉLIORE NOTRE SANTÉ ET RÉDUIT
LES DÉCHETSDe **petites décisions**
d'achat peuvent avoir de
grands bénéfices pour nous
et pour la planète !

aprendiendo
A COMER
by sodexo