Novembre 2026

Menu du jour Maternelle y CP

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
2 Kcal HC Lip Prot Salade de crudités bio Fusilli complets bio à la carbonara et lardons Escalope de poulet à l'orange Petits pois bio sautés à l'ail et oignon fondant Fruits frais de saison	**3** Kcal HC Lip Prot Salade de crudités bio Brocoli en vinaigrette Boulettes de soja à la sauce tomate Semoule bio Yaourt bio local	**4** Kcal HC Lip Prot 4 NOVEMBRE	**5** Kcal HC Lip Prot Salade de crudités bio Riz blanc avec sauce tomate maison Pilons de poulet rôtis Champignons sautés aux haricots verts bio Fruits frais de saison	**6** Kcal HC Lip Prot Salade de crudités bio Velouté de potiron bio Filet de limande en tempura Ratatouille Fruits frais de saison
9 Kcal HC Lip Prot Salade de crudités bio Riz trois délices Ragoût de poulet mijoté façon traditionnelle Aubergine au four Fruits frais de saison	**10** Kcal HC Lip Prot Salade de crudités bio Pois chiches mijotés bio jardinière Omelette Carotte bio sautée Yaourt bio local	**11** Kcal HC Lip Prot 11 NOVEMBRE	**12** Kcal HC Lip Prot Salade de crudités bio Soupe de poireaux Filet de poulet sauce curry Semoule Fruits frais de saison	**13** Kcal HC Lip Prot Salade de crudités bio Soupe «de pluie» Filet de colin en tempura Poêlée de courge bio, courgette et soja Fruits frais de saison
16 Kcal HC Lip Prot Salade de crudités bio Lentilles bio mijotées façon jardinière Filet de poulet rôti à l'ail et au persil Pommes de terre parisiennes Fruits frais de saison	**17** Kcal HC Lip Prot Salade de crudités bio Riz dans son jus aux légumes Omelette maison pommes de terre et oignons Potiron bio rôti Yaourt bio local	**18** Kcal HC Lip Prot 18 NOVEMBRE	**19** Kcal HC Lip Prot Salade de crudités bio Macaronis complets bio alla norma gratinés aux dés d'aubergine Suprême de merlu à la galicienne Poêlée bicolore de petits pois bio et carotte Fruits frais de saison	**20** Kcal HC Lip Prot Salade de crudités bio Brocoli et pommes de terre façon ajoarriero Pizza quatre fromages Tomate rôtie 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.

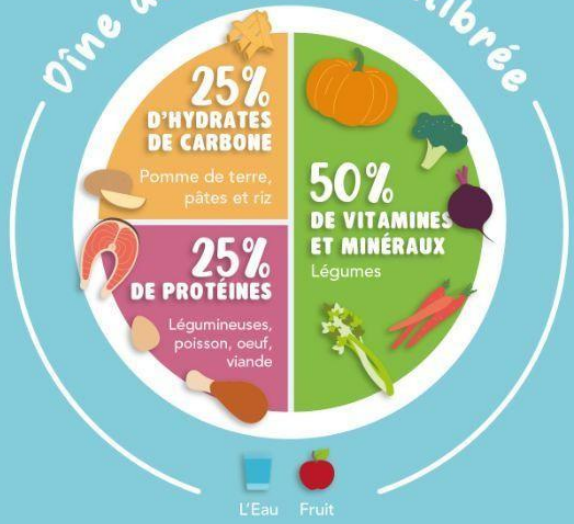
produit de proximité · produit eco · produit de saison · fait frais · produit frais

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

https://someal.app/lfb

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
23 Kcal HC Lip Prot Salade de crudités bio Crème de tomate au basilic frais Filet de limande en tempura Riz sauté au curry Fruits frais de saison	24 Kcal HC Lip Prot Salade de crudités bio Pois chiches mijotés bio jardinière Omelette Champignons et carottes sautées Yaourt bio local	25 Kcal HC Lip Prot 24 NOVEMBRE	JAPÓN Kcal HC Lip Prot Salade de crudités bio Yakisoba ninja vert aux pois Poulet sauce teriyaki et légumes Fruits frais de saison Dorayaki	27 Kcal HC Lip Prot Salade de crudités bio Crème alicia Fusilli complets biologiques à la bolognaise végétarienne Fruits frais de saison
30 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	1 DÉCEMBRE Kcal HC Lip Prot	2 DÉCEMBRE Kcal HC Lip Prot	3 DÉCEMBRE Kcal HC Lip Prot	4 DÉCEMBRE Kcal HC Lip Prot

Les légumineuses, c'est bien plus que des plats mijotés !

Découvrez de nouvelles façons de les savourer et faites-en les vedettes d'une recette sucrée ou salée grâce au défi de ce mois-ci

Si tu as déjeuné:	Il est recommandé de dîner:
LÉGUMES CUISINÉS	CRUDITÉS
CRUDITÉS	LÉGUMES CUISINÉSS
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