

Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

28 SEPTIEMBRE

29 SEPTIEMBRE

30 SEPTIEMBRE

5

Salade de crudités bio    

Soupe «de pluie» 

Saucisses de volaille au four 

Brocoli bio vapeur 

Fruits frais de saison    

6

Salade de crudités bio    

Crème alicia aux haricots verts bio  

Fusilli complets biologiques à la bolognaise végétarienne 

Yaourt bio local   



7

7 OCTOBRE



MÉXICO

Salade de crudités bio    

Salade de tomate et maïs 

Chili con carne 

Riz blanc

Fruits frais de saison    



9

Salade de crudités bio    

Petits pois bio sautés aux copeaux de jambon 

Saumon au four

Pommes de terre rôties façon cajun

Fruits frais de saison    

12

12 OCTOBRE

13

Salade de crudités bio    

Riz trois délices 

Filet de poulet rôti à l'ail et au persil 

Ratatouille  

Yaourt bio local   

14

14 OCTOBRE

15

Salade de crudités bio    

Macaronis complets à la carbonara et lardons 

Merlu sauce verte

Courgette au four  

Fruits frais de saison    

16

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    

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

*Menu ELEMENTAIRE

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

<https://someal.app/lfb>

Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

19

Kcal HC Lip Prot

Salade de crudités bio

Brocoli en vinaigrette

Fusilli à la bolognaise végétarienne

Fruits frais de saison

20

Kcal HC Lip Prot

Salade de crudités bio

Soupe d'étoiles

Filet de limande en tempura maison

Champignons et carottes sautées

Yaourt bio local

21

Kcal HC Lip Prot

21 OCTOBRE

22

Kcal HC Lip Prot

Salade de crudités bio

Velouté de potiron bio

Fideuá de poisson et légumes du potager

Fruits frais de saison

23

Kcal HC Lip Prot

Salade de crudités bio

Lentilles bio mijotées façon maraîchère

Cordon bleu

Tomate rôtie

Fruits frais de saison

26

Kcal HC Lip Prot

26 OCTUBRE

27

Kcal HC Lip Prot

27 OCTUBRE

28

Kcal HC Lip Prot

28 OCTUBRE

29

Kcal HC Lip Prot

29 OCTUBRE

30

Kcal HC Lip Prot

30 OCTUBRE

Chaque plat a
une histoire



Découvrez l'origine, la tradition et la culture qui se cachent derrière les recettes de toujours et devenez reporter culinaire avec le défi du mois



☀ 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

Dîne de façon équilibrée



L'Eau Fruit