

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

Kcal HC Lip Prot

01 SEPTEMBRE

sodexo

Kcal HC Lip Prot

02 SEPTEMBRE

Kcal HC Lip Prot

03 SEPTEMBRE

Kcal HC Lip Prot

04 SEPTEMBRE

Kcal HC Lip Prot

4

Macaroni de blé entier eco avec
sauce tomate maison

Limande farinée

Champignons et carottes bio sautées

Crudité eco

Fruit de saison

8

Kcal HC Lip Prot

Soupe « de pluie »

Saumon au four

Poêlé bicolore de petits pois bio et
carottes

Crudité eco

Fruit de saison

9

Kcal HC Lip Prot

Risotto aux champignons

Omelette

Chou-fleur bio à l'ajilimójili

Crudité eco

Fruit de saison

Kcal HC Lip Prot

10 SEPTEMBRE

Kcal HC Lip Prot

11 SEPTEMBRE

Kcal HC Lip Prot

12 SEPTEMBRE

15

Kcal HC Lip Prot

Riz blanc à la sauce tomate frite

Merlu au four avec du citron

Courge bio rôtie

Crudité eco

Fruit de saison

Catalogne

Pain à la tomate avec jambon cru

Butifarra à la plancha

Haricots secs issus de l'agricult'

biologique

Crudité eco

Yaourt bio local



17

Kcal HC Lip Prot

17 SEPTEMBRE

18

Kcal HC Lip Prot

Salmorejo à la tomate issue de l'agriculture
biologique, garni de jambon et d'œuf

Pilons de poulet rôtis

Semoule de blé complet bio

Crudité eco

Fruit de saison

19

Kcal HC Lip Prot

Bio lentilles braisées aux légumes

Omelette de courgettes

Tomate rôtie bio

Crudité eco

Fruit 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 bio



produit de saison



Fait frais



Produit frais

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

22

Kcal HC Lip Prot

Macaronis complets bio à la norma gratinés 🌱🍅
 Filet de flétan à l'andalouse
 Champignons aux haricots verts issus de l'agriculture biologique sautés 🌱
 Crudité eco 🌱🍃
 Fruit de saison 🍎🍇🍓

23

Kcal HC Lip Prot

Brocoli eco sautés à l'ail et oignons 🌱
 Ragoût de poulet 🍗
 Riz pilaf
 Crudité eco 🌱🍃
 Yaourt bio local 🍶

24

Kcal HC Lip Prot

24 SEPTEMBRE

25

Kcal HC Lip Prot

Soupe d'étoiles
 Omelette de pommes de terre
 Ratatouille 🍅
 Crudité eco 🌱🍃
 Fruit de saison 🍎🍇🍓

26

Kcal HC Lip Prot

Pois chiche eco aux légumes 🌱
 Escalope de poulet rôtie au citron 🍋
 Pommes de terre frites
 Crudité eco 🌱🍃
 Fruit de saison 🍎🍇🍓

29

Kcal HC Lip Prot

Fusilli de blé entier eco à la carbonara 🌱
 Suprême de merlu à la galicienne
 Petits pois issus de l'agriculture bio sautés au beurre
 Crudité eco 🌱🍃
 Fruit de saison 🍎🍇🍓

30

Kcal HC Lip Prot

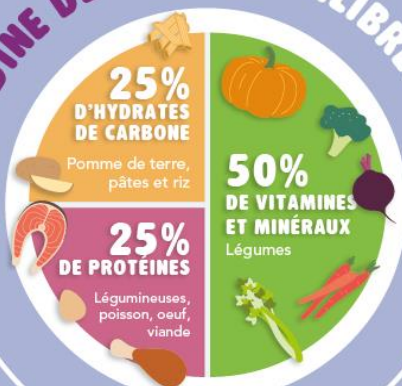
Riz blanc à la sauce tomate frite
 Omelette aux épinards
 Aubergine bio au four 🍆
 Crudité eco 🌱🍃
 Yaourt bio local 🍶

01 OCTOBRE

02 OCTOBRE

03 OCTOBRE

DÎNE DE FAÇON ÉQUILIBRÉE



L'Eau
 Fruit

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

BIENVENUE À LA CANTINE UNE

ANNÉE DE PLUS !



Notre Chef Exécutif, **Pepe Rodríguez**, nous accompagnera toute l'année pour nous aider à faire de la cantine un **espace amusant, joyeux et pédagogique.**

