

Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

Kcal HC Lip Prot

29 SEPTEMBRE



Kcal HC Lip Prot

30 SEPTEMBRE

1 Kcal HC Lip Prot

- Buffet de salades biologiques
- Salade de tomate au fromage frais
- Haricots verts eco poêlé
- Boulettes de soja sauce tomate
- Boulettes de boeuf en sauce
- Semoule de blé complet bio
- Fromage
- Fruit de saison

2 Kcal HC Lip Prot

- Buffet de salades biologiques
- Bio lentilles braisées aux légumes
- Salade russe
- Cordon bleu de dinde
- Wok de nouille de soja, oeuf, légumes
- Bio courgettes rôties
- Fruit de saison

3 Kcal HC Lip Prot

- Buffet de salades biologiques
- Bouillon de pot-au-feu
- Potiron eco au four parfumé au thym
- Carn d'olla avec des pois chiches bio
- Poisson frais
- Brocoli bio à la vapeur
- Yaourt bio local
- Fruit de saison

6 Kcal HC Lip Prot

- Buffet de salades biologiques
- Macaronis complets bio alla norma
- Riz cantonnais
- Omelette de courgettes
- Croquettes d'épinards
- Chou-fleur bio à l'ajillimójili
- Yaourt bio local
- Fruit de saison

7 Kcal HC Lip Prot

- Buffet de salades biologiques
- Haricots verts poêlés au beurre et ail
- Salade de laitue, croûteons, pomme et carotte à la sauce au yaourt bio
- Poulet au curry
- Galette de carotte
- Semoule de blé complet bio
- Fromage
- Fruit de saison

8 Kcal HC Lip Prot

- Buffet de salades biologiques
- Salmorejo à la tomate issue de l'agriculture biologique, garni de jambon et d'oeuf
- Légumes grillés
- Trinxat de la cerdagne
- Merlu au four
- Haricots secs issus de l'agriculture biologique
- Fromage
- Fruit de saison

9 Kcal HC Lip Prot

- Buffet de salades biologiques
- Brocoli eco sautés à l'ail et oignons
- Courgettes en tempura à la sauce thai
- Cabillaud à la provençale
- Quiche de verduras
- Pommes de terre au four
- Crème maison
- Fruit de saison

10 Kcal HC Lip Prot

- Buffet de salades biologiques
- Velouté Vichy de carottes bio
- Macédoine de légumes poêlés
- Riz sauce bolognaise aux lentilles et à la citrouille bio
- Saucisse à la plancha
- Riz pilaf garnison
- Yaourt bio local
- Fruit de saison

13 Kcal HC Lip Prot

- Buffet de salades biologiques
- Macaroni de blé entier eco avec sauce tomate maison
- Haricots verts eco poêlé
- Steak haché grillé
- Steack haché de volaille grillé
- Champignons et carottes bio sautés à l'ail
- Yaourt bio local
- Fruit de saison

14 Kcal HC Lip Prot

- Buffet de salades biologiques
- Velouté de courgettes bio
- Chou-fleur bio à l'ail
- Pilons de poulet marinés au miel, au romarin et au citron
- Boulettes de soja sauce tomate
- Riz au curry
- Fromage
- Fruit de saison

15 Kcal HC Lip Prot

- Buffet de salades biologiques
- Poêlée de petits pois bio au jambon
- Brocoli eco sautés à l'ail et oignons
- Omelette de pommes de terre
- Fusilli complets bio à la bolognaise végétarienne
- Rondelles d'aubergine bio
- Fromage
- Fruit de saison

 ANGLETERRE

- Buffet de salades biologiques
- Soupe enchantée de tomate et de basilic
- Magic beans avec sauce tomate
- Abracafish and chips
- Houdini's brunch avec œuf, bacon et champignons
- Pommes de terre frites
- Tea biscuits
- Fruit de saison



17 Kcal HC Lip Prot

- Buffet de salades biologiques
- Risotto aux champignons
- Semoule complète bio
- Omelette
- Échine de porc sauce moutarde
- Courge bio rôtie
- Yaourt bio local
- 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.

*Menu ELEMENTAIRE

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



Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

20

Kcal HC Lip Prot

Buffet de salades biologiques
Soupe «de pluie»
Bettes poêlées aux pommes de terre
Saumon au four
Nem végétarien sauce aigre-douce
Poêlé bicolore de petits pois bio et carottes
Yaourt bio local
Fruit de saison

21

Kcal HC Lip Prot

Buffet de salades biologiques
Bio lentilles braisées aux légumes
Artichauts poêlés
Pizza aux 4 fromages
Ragoût de boeuf
Tomate rôtie bio
Fromage
Fruit de saison

22

Kcal HC Lip Prot

Buffet de salades biologiques
Velouté de carottes issues de l'agriculture biologique
Aubergines farcies aux légumes avec tomate bio
Riz à la sauce tomate et à l'oeuf
Fideua de poissons et légumes du potager
Fromage
Fruit de saison

23

Kcal HC Lip Prot

SANS SERVICE
SALLE À MANGER

24

Kcal HC Lip Prot

SANS SERVICE
SALLE À MANGER

27

Kcal HC Lip Prot

SANS SERVICE
SALLE À MANGER

28

Kcal HC Lip Prot

SANS SERVICE
SALLE À MANGER

29

Kcal HC Lip Prot

SANS SERVICE
SALLE À MANGER

30

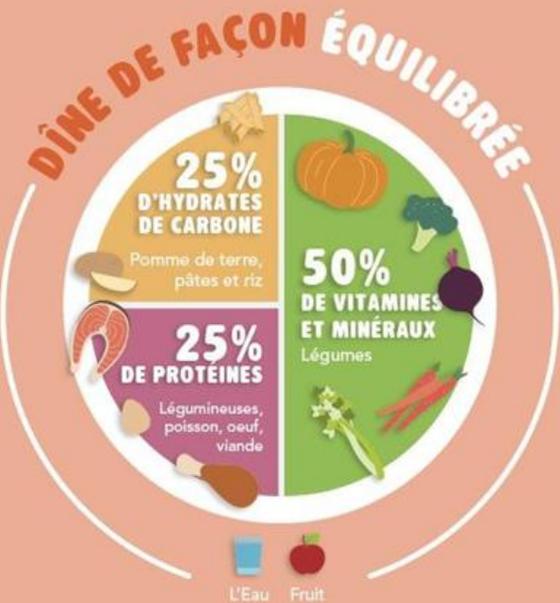
Kcal HC Lip Prot

SANS SERVICE
SALLE À MANGER

31

Kcal HC Lip Prot

SANS SERVICE
SALLE À MANGER



☀ 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

SAVIEZ-VOUS-QUE...

CHAQUE ESPAGNOL GASPILLE ENVIRON 61 KG DE NOURRITURE PAR AN ?



Aide-nous à changer les choses !
Mange uniquement ce dont tu as besoin et finis toujours ton assiette.

