

Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

Kcal HC Lip Prot

29 SEPTEMBRE



30 SEPTEMBRE

01 OCTOBRE

2

Buffet de salades biologiques
 Bio lentilles braisées aux légumes
 Cordon bleu de dinde et fromage
 Bio courgettes rôties
 Fruits de saison

3

Buffet de salades biologiques
 Bouillon de pot-au-feu
 Carn d'olla avec pois chiches bio
 Fruits de saison

6

Kcal HC Lip Prot

Buffet de salades biologiques
 Macaronis complets bio alla norma
 Omelette de pommes de terre et courgettes
 Chou-fleur bio à l'ajilimójili
 Fruits de saison

7

Kcal HC Lip Prot

Buffet de salades biologiques
 Haricots verts sautés au beurre et à l'ail
 Filet de poulet rôti au curry
 Semoule de blé complet bio
 Yaourt bio local

08 OCTOBRE

9

Kcal HC Lip Prot

Buffet de salades biologiques
 Brocoli eco sautés à l'ail et oignons
 Cabillaud à la provençale
 Pommes de terre au four
 Crème maison

10

Kcal HC Lip Prot

Buffet de salades biologiques
 Velouté Vichy de carottes bio
 Riz sauce bolognaise aux lentilles et à la citrouille bio
 Fruits de saison

13

Kcal HC Lip Prot

Buffet de salades biologiques
 Macaronis complets bio à la sauce tomate
 Steak haché grillé
 Champignons et carottes bio sautés à l'ail
 Fruits de saison

14

Kcal HC Lip Prot

Buffet de salades biologiques
 Velouté de courgettes bio
 Pignons de poulet rôtis au miel, romarin et citron
 Riz sauté au curry
 Yaourt bio local

15 OCTOBRE



ANGLETERRE

Buffet de salades biologiques
 Soupe enchantée de tomates et basilic frais
 Abracafish and chips
 Frites croustillantes
 Fruits de saison



17

Kcal HC Lip Prot

Buffet de salades biologiques
 Risotto crémeux aux champignons
 Omelette
 Courge bio rôtie
 Fruits 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



Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

20

Kcal HC Lip Prot

Buffet de salades biologique 🌱🌿
 Soupe de pluie
 Suprême de saumon au four avec ail confit et persil 🌿
 Sauté bicolore de pois verts bio et carottes 🌱🥕
 Fruits de saison 🍎🍌

21

Kcal HC Lip Prot

Buffet de salades biologique 🌱🌿
 Bio lentilles braisées aux légumes 🌱
 Pizza 4 fromages
 Tomate rôtie bio 🌱
 Yaourt bio local 🌱

22 OCTOBRE

23 OCTOBRE

24 OCTOBRE

27 OCTOBRE

28 OCTOBRE

29 OCTOBRE

30 OCTOBRE

31 OCTOBRE



☀️ SI HAS COMIDO:	🌙 ES RECOMENDABLE CENAR:
VERDURAS COCINADAS	HORTALIZAS CRUDAS EN ENSALADA
HORTALIZAS CRUDAS EN ENSALADA	VERDURAS COCINADAS
LEGUMBRE	CARNE / PESCADO / HUEVO
CARNE	PESCADO / HUEVO / LEGUMBRES
PESCADO	CARNE / HUEVO / LEGUMBRES
HUEVO	PESCADO / CARNE / LEGUMBRES
PATATA	PASTA / ARROZ
PASTA / ARROZ	PATATA

¿SABÍAS QUE...

CADA ESPAÑOL, DESPERDICIAMOS ALREDEDOR DE 61KG DE COMIDA AL AÑO?



¡Ayúdanos a cambiarlo!
 Sírvete solo lo que necesites y no dejes comida en el plato.

