

Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

Kcal HC Lip Prot

27 AVRIL

Kcal HC Lip Prot

28 AVRIL

Kcal HC Lip Prot

29 AVRIL

Kcal HC Lip Prot







30 AVRIL

Kcal HC Lip Prot

1 MAI





4

Kcal HC Lip Prot

Buffet de salades aux produits bio 
 Gaspacho andalou 
 Salade de lentilles 
 Saumon au four
 Poulet sauce teriyaki et légumes 
 Riz sauté au curry
 Fruits frais de saison 
 Yaourt bio local 

5

Kcal HC Lip Prot

Buffet de salades aux produits bio 
 Crème vichy de carottes bio 
 Haricots verts sautés au beurre et à l'ail
 Fusilli complets biologiques à la bolognaise végétarienne 
 Fusilli complets biologiques avec sauce bolognaise de bœuf 
 Fruits frais de saison 
 Fromages








6

Kcal HC Lip Prot

Buffet de salades aux produits bio 
 Riz cantonnais
 Salade campagnarde 
 Saucisses de volaille au four 
 Falafel à la sauce yaourt bio 
 Brocoli bio vapeur 
 Fruits frais de saison 






7

Kcal HC Lip Prot

Buffet de salades aux produits bio 
 Macaronis complets bio alla norma gratinés aux dés d'aubergine 
 Salade tiède de blé tendre aux légumes rôtis 
 Dinde rôtie façon tandoori 
 Tourte de légumes de saison 
 Potiron bio rôti 
 Fruits frais de saison 

8

Kcal HC Lip Prot

Buffet de salades aux produits bio 
 Pois chiches bio à la jardinière 
 Artichauts sautés à l'ail
 Omelette de pommes de terre
 Wok de nouilles de riz au tofu, brocoli bio et sauce soja 
 Champignons et carottes sautées
 Yaourt bio local 
 Fruits frais de saison 






11

Kcal HC Lip Prot

Buffet de salades aux produits bio 
 Haricots verts bio sautés à l'ail et oignon fondant 
 Velouté de courgette bio 
 Steak haché grillé 
 Burger de volaille grillée 
 Pommes de terre frites
 Fruits frais de saison 
 Yaourt bio local 








12

Kcal HC Lip Prot

Buffet de salades aux produits bio 
 Riz dans son jus aux légumes 
 Quinoa sautée aux légumes 
 Merlu en sauce beurre blanc
 Oeufs dur à la sauce tomate frite
 Aubergine au four 
 Fruits frais de saison 
 Fromages



13

Kcal HC Lip Prot

Buffet de salades aux produits bio 
 Velouté de potiron bio 
 Légumes de saison grillés 
 Parmentier à la bolognaise végétale 
 Hachis parmentier 
 Salade de laitue et concombres 
 Fruits frais de saison 









USA

Buffet de salades aux produits bio 
 Mac & cheese complets façon comanche
 Salade waldorf du vieux saloon
 Nuggets de poulet au four
 Hot-dog new-yorkais
 Anneaux d'oignon
 Fruits frais de saison 
 Tarte aux pommes



15

Kcal HC Lip Prot

Buffet de salades aux produits bio 
 Gaspacho andalou 
 Houmous aux haricots blancs bio et crudités 
 Fideuà de poisson et légumes du potager
 Riz blanc, tomate et œuf 
 Yaourt bio local 
 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.

*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

18

Kcal HC Lip Prot

Buffet de salades aux produits bio 🌿🌱
 Riz blanc avec sauce tomate maison 🍅
 Chou-fleur à l'ail 🌿
 Omelette
 Merlu au four
 Poêlée bicolore de petits pois bio et carotte 🌿
 Fruits frais de saison 🍎🍇🍓🍌
 Yaourt bio local 🍌📍

19

Kcal HC Lip Prot

Buffet de salades aux produits bio 🌿🌱
 Brocoli en vinaigrette 🌿
 Salade grecque avec tomate bio et fromage feta 🌿🧀
 Fusilli complets à la bolognaise végétarienne 🌿
 Fusilli à la sauce bolognaise de bœuf 🌿🍖
 Fruits frais de saison 🍎🍇🍓🍌
 Fromages

20

Kcal HC Lip Prot

Buffet de salades aux produits bio 🌿🌱
 Soupe «de pluie»
 Bettes poêlées aux pommes de terre
 Filet de colin sauce tomate basilic 🌿
 Nem végétarien sauce aigre-douce
 Champignons sautés et haricots verts biologiques 🌿
 Fruits frais de saison 🍎🍇🍓🍌

21

Kcal HC Lip Prot

Buffet de salades aux produits bio 🌿🌱
 Salade de pois chiches bio à la vinaigrette de légumes 🌿🥕
 Crème de légumes aux haricots verts biologiques 🌿
 Filet de poulet rôti au curry 🍖🌿
 Œufs brouillés au fromage
 Pommes de terre frites
 Fruits frais de saison 🍎🍇🍓🍌

22

Kcal HC Lip Prot

Buffet de salades aux produits bio 🌿🌱
 Lentilles bio mijotées façon maraîchère 🌿
 Chou braisé aux pommes de terre façon ajoarriero
 Pizza quatre fromages
 Pilons de poulet rôtis
 Tomate rôtie 🌿🍅
 Yaourt bio local 🍌📍
 Fruits frais de saison 🍎🍇🍓🍌

25

Kcal HC Lip Prot

25 MAI

26

Kcal HC Lip Prot

26 MAI

27

Kcal HC Lip Prot

Buffet de salades aux produits bio 🌿🌱
 Salmorejo cordouan avec dés de jambon et œuf 🌿🥓
 Salade de laitue, pomme et carotte avec sauce au yaourt bio et croûtons 🌿🍌
 Filet de porc rôti avec une touche de moutarde 🍖
 Burger végétal grillé
 Pommes de terre au four
 Fruits frais de saison 🍎🍇🍓🍌

28

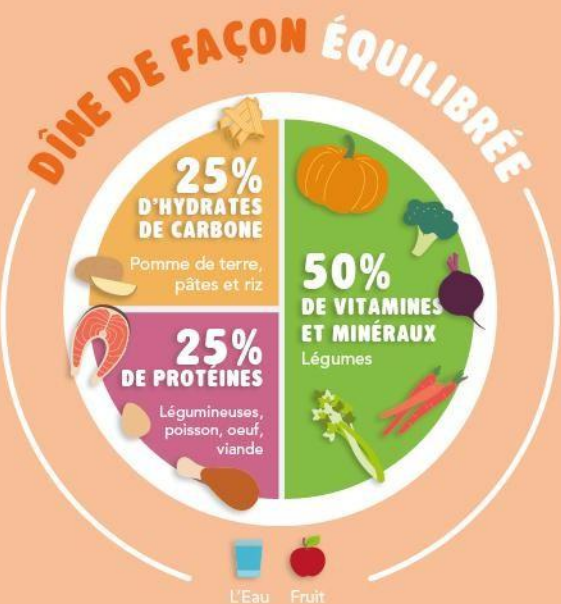
Kcal HC Lip Prot

Buffet de salades aux produits bio 🌿🌱
 Haricots verts poêlés avec des pommes de terre
 Salade coleslaw 🌿🥕
 Pilons de poulet rôtis au miel, romarin et citron 🍖🌿
 Wok de nouilles à l'œuf, légumes et sauce soja douce 🌿
 Poêlée de courge bio, courgette et soja 🌿
 Fruits frais de saison 🍎🍇🍓🍌

29

Kcal HC Lip Prot

Buffet de salades aux produits bio 🌿🌱
 Salade allemande 🥕
 Houmous de pois chiches bio et crudités 🌿
 Filet de flétan en tempura
 Omelette
 Ratatouille
 Yaourt bio local 🍌📍
 Fruits frais de saison 🍎🍇🍓🍌



☀️ 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

LE LOCAL, ÇA A DU GOÛT !

Consommer des **produits locaux**, c'est faire un pas vers **une alimentation plus consciente, durable et équilibrée.**

