

Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

31 AOÛT

1 SEPTEMBRE

2 SEPTEMBRE

3

Buffet de salades aux produits bio
 Salade de pâtes
 Quinoa sautée aux légumes
 Pilons de poulet rôtis au miel, romarin et citron
 Nem végétarien sauce aigre-douce
 Champignons et carottes sautées
 Fruits frais de saison

4

Buffet de salades aux produits bio
 Riz dans son jus aux légumes
 Bettes poêlées
 Filet de colin sauce tomate basilic
 Omelette de pommes de terre
 Poêlée de courge bio, courgette et soja
 Fruits frais de saison
 Yaourt bio local

7

Buffet de salades aux produits bio
 Haricots verts bio sautés à l'ail et oignon fondant
 Salade de tomate au fromage frais
 Steak haché grillé
 Burger de poulet grillé
 Pommes de terre frites
 Fruits frais de saison
 Yaourt nature bio

8

Buffet de salades aux produits bio
 Macaronis complets bio alla norma gratinés aux dés d'aubergine
 Macédoine de légumes poêlés
 Merlu en sauce beurre blanc
 Omelette
 Potiron bio rôti
 Fruits frais de saison
 Fromages

9

Buffet de salades aux produits bio
 Brocoli en vinaigrette
 Houmous de pois chiches bio et crudités
 Fideuá de poisson et légumes du potager
 Riz blanc, tomate et œuf
 Fruits frais de saison

10

Buffet de salades aux produits bio
 Salade de lentilles
 Artichauts sautés à l'ail
 Pizza margherita au fromage fondu
 Filet de poulet rôti au curry
 Tomate rôtie
 Fruits frais de saison

11 SEPTEMBRE

14

Buffet de salades aux produits bio
 Chou-fleur bio poêlé à l'ail et paprika
 Vichyssoise de poireaux
 Omelette de pommes de terre
 Merlu au four
 Ratatouille
 Fruits frais de saison
 Yaourt nature bio

15

Buffet de salades aux produits bio
 Quinoa sautée aux légumes
 Salade campagnarde
 Dinde rôti façon tandoori
 Burger de carottes grillées
 Champignons sautés et haricots verts biologiques
 Fruits frais de saison
 Fromages

16

Buffet de salades aux produits bio
 Salade de pois chiches bio à la vinaigrette de légumes frais
 Salade de laitue, pomme et carotte avec sauce au yaourt bio et croûtons
 Filet de porc rôti avec une touche de moutarde
 Wok de nouilles à l'œuf, légumes et sauce soja douce
 Pommes de terre au four
 Fruits frais de saison

JORNADA LATINOAMERICANA

Buffet de salades aux produits bio
 Crème de maïs des caraïbes
 Salade fantaisie à l'ananas
 Riz au poulet façon cubaine avec petits pois bio
 Riz congri
 Flan au lait
 Fruits frais de saison

18

Buffet de salades aux produits bio
 cordouan avec dés de jambon et œuf
 Salade de blé tendre aux légumes rôtis
 Filet de limande, sauce carotte bio et romarin
 Œufs brisés au jambon blanc et fromage
 Petits pois bio poêlés au beurre et à l'ail
 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.



produit de proximité



produit eco



produit de saison



fait frais



produit frais

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

<https://someal.app/lfb>



Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

21

Kcal HC Lip Prot

Buffet de salades aux produits bio 🌱🌿
 Paella au poisson et aux légumes
 Chou braisé aux pommes de terre façon ajoarriero
 Ragoût de poulet mijoté traditionnel 🍷
 Falafel à la sauce yaourt bio 🌱
 Potiron bio rôti 🍷
 Yaourt bio local 🌱🍷
 Fruits frais de saison 🌱🍷🌿

22

Kcal HC Lip Prot

Buffet de salades aux produits bio 🌱🌿
 Brocoli bio poêlé à l'ail et oignon fondant 🌱
 Crème vichy de carottes bio 🍷
 Saumon au four
 Filet de poulet rôti au citron et au poivre 🍷
 Riz sauté au curry
 Fromages
 Fruits frais de saison 🌱🍷🌿

23

Kcal HC Lip Prot

Buffet de salades aux produits bio 🌱🌿
 Salade coleslaw 🍷
 Aubergine panée
 Omelette de courgettes
 Saucisse à la plancha 🍷
 Tomate rôtie 🍷
 Fruits frais de saison 🌱🍷🌿

24 SEPTEMBRE

25 SEPTEMBRE

28

Kcal HC Lip Prot

Buffet de salades aux produits bio 🌱🌿
 Lentilles bio mijotées façon jardinière
 Aubergine à l'italienne au fromage fondu
 Escalope de poulet au four 🍷
 Œufs brouillés au fromage
 Pommes de terre frites
 Fruits frais de saison 🌱🍷🌿
 Yaourt bio local 🌱🍷

29

Kcal HC Lip Prot

Buffet de salades aux produits bio 🌱🌿
 Macaronis complets biologiques avec sauce pesto et fromage râpé 🌱
 Salade campagnarde 🍷
 Suprême de merlu à la galicienne
 Nem végétarien sauce aigre-douce
 Carotte bio sautée 🍷
 Fruits frais de saison 🌱🍷🌿
 Fromages

30

Kcal HC Lip Prot

Buffet de salades aux produits bio 🌱🌿
 Salade russe 🍷
 Velouté de potiron bio 🌱
 Brochette mauresque 🍷
 Wok de nouilles de riz au tofu, brocoli bio et sauce soja 🌱
 Chou-fleur bio poêlé à l'ajilimojili 🌱
 Fruits frais de saison 🌱🍷🌿

1 OCTOBRE

2 OCTOBRE



☀ 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 une
nouvelle année
scolaire à la cantine !



Scannez ce **code QR** et découvrez, en compagnie de notre Chef exécutif, **Pepe Rodriguez**, les **activités** proposées cette année, pour présenter ce qui se cache derrière chaque plat.

