

MENU

DU LUNDI 06 AU MARDI 07 MAI 2024

A chaque repas est proposé en entrée de la salade verte et en dessert un fruit

Ce qu'un repas doit comporter :

Crudités pour l'apport de vitamines et de fibres
Protéines : viande, œuf, poisson ou végétales
Laitages pour l'apport en calcium

Féculents pour l'énergie de la journée (sucres lents)
Légumes ou fruits cuits (fibres et vitamines)

A limiter :

Huile, beurre, matières grasses ; Sel
(vinaigrette, mayonnaise, jus, sauce)
Sucettes, ketchup
Produits sucrés (l'énergie immédiate, sucre rapide)

LOCAL :

Pain type 80 BIO (Boulangerie CHALAPHY - LTA)
Saint-Nectaire fermier (Gacc Vallée du Burandou - LTA)

Plat fait maison

	PETIT DÉJEUNER	DÉJEUNER	GOÛTER	DÎNER
LUNDI		<i>Buffet d'entrées</i> <i>Tartiflette «maison»</i> Yaourt - Compote	goûter	Steak haché Haricots verts Fromage Fruit
MARDI	Buffet varié	<i>Buffet d'entrées</i> Rôti de porc <i>Gratin de choux</i> Fromage - Fruit		
MERCREDI		Férié Commémorations du 8 mai 1945		
JEUDI		Férié		
VENDREDI		Pont		

Le Chef de cuisine,
C. MONTEIX

La Gestionnaire,
C. CARPENTIER

Vu, Le Principal
L. BOUAZIZ

