

MENU

DU 23 AU 25/03 : VOYAGE À PARIS DES 3ÈME

26/03 : CONSEIL D'ADMINISTRATION

DU LUNDI 23 AU VENDREDI 27 MARS 2026

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 bio T80 (Boulangerie Chalaphy - LTA)

Saint-Nectaire (GAEC Vallée du Burandou - LTA)

Plat fait maison ☺

	PETIT DÉJEUNER	DÉJEUNER	GOÛTER	DÎNER
LUNDI		Buffet d'entrées Tomates farcies « maison » - Riz Laitage - Fruit	goûter	Œufs au plat Petits-pois Laitage - Éclair
MARDI	Buffet varié	Taboulé « maison » Cordon bleu - haricots verts Gâteau au chocolat « maison » / Crème anglaise	goûter	Salade verte Pâté aux pommes de terre « maison » Laitage - Fruit
MERCREDI	Buffet varié	Buffet d'entrées Pâtes à la carbonara Laitage - Fruit	goûter	Salade verte composée Feuilleté hot-dog Pomme au four / glace vanille
JEUDI	Buffet varié	Cake au fromage « maison » Filet de poisson pané Ratatouille « maison » Flan - biscuit	goûter	Lamelles de kebab Pommes de terre sautées Laitage - Fruit
VENDREDI	Buffet varié	Végétarien Buffet d'entrées Hachis parmentier végétarien « maison » Laitage - Compote		

Le Chef de cuisine,
C. MONTEIX

La Gestionnaire,
C. CARPENTIER

Vu, Le Principal,
L. BOUALIF

