

MENU

SEMAINE DES LANGUES

31/03 : PORTES OUVERTES

1/04 : NUIT DE L'INTERNAT

DU LUNDI 30 MARS AU VENDREDI 3 AVRIL 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		<p><u>Buffet d'entrées</u> Argentine :  <u>Locro « maison »</u> Flan vanille nappé caramel</p>	goûter	<p><u>Potage de légumes</u> <u>Croissant au jambon « maison »</u> Laitage - Fruit</p>
MARDI	Buffet varié	<p> Danemark : <u>Spinatsalat med blå ost /</u> <u>Rämarineret lak</u> <u>Skidne aeg « maison »</u> <u>Purée « maison »</u> Compote - Biscuit</p>	goûter	<p>Cordon bleu Haricots verts Laitage - Beignet</p>
MERCREDI	Buffet varié	<p><u>Buffet d'entrées</u> Beignets de calamars - <u>Carottes</u> Laitage - Fruit</p>	goûter	<p><u>Nuit de l'internat</u>  Salade verte <u>Lasagnes « maison »</u> Coupe glacée chantilly</p>
JEUDI	Buffet varié	<p> Samoussa aux légumes Rôti de dinde - <u>Chou-fleur</u> Inde : <u>Lassi manque / Lassi fruits rouges</u></p>	goûter	<p><u>Gratin de poisson « maison »</u> Coquillettes Laitage - Fruit</p>
VENDREDI	Buffet varié	<p><u>Végétarien</u>  <u>Buffet d'entrées</u> Égypte : <u>Kochari « maison »</u> Laitage - Fruit</p>		Bonnes vacances

Le Chef de cuisine,
C. MONTEIX

La Gestionnaire,
C. CARPENTIER

Vu, Le Principal,
L. BOU AZIZ

