

MENU

DU LUNDI 11 AU MERCREDI 13 MAI 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		<u>Buffet d'entrées</u> Filet de poisson pané Pâtes Laitage - Fruit	goûter	Paupiette de veau Haricots verts Laitage - Glace
MARDI	Buffet varié	<u>Buffet d'entrées</u> <u>Sauté de canard</u> <u>Poêlée de légumes</u> Flan pâtissier	goûter	<u>Salade verte</u> <u>Omelette aux pommes de terre</u> « maison » Laitage - Fruit
MERCREDI	Buffet varié	<u>Buffet d'entrées</u> <u>Boules de bœuf sauce tomate</u> Blé Laitage - Fruit		
JEUDI		Férié		
VENDREDI		Pont		

Le Chef de cuisine,
C. MONTEIX

La Gestionnaire,
C. CARPENTIER

Vu, Le Principal,
L. BOUAZIZ

