

# MENU

**DU LUNDI 15 AU VENDREDI 19 JUIN 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**

**Féculeux 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)

Fromage blanc (Cœur de Fermier - Gelles)

**Plat fait maison** ☺

	<b>PETIT DÉJEUNER</b>	<b>DÉJEUNER</b>	<b>GOÛTER</b>	<b>DÎNER</b>
<b>LUNDI</b>		<p><u>Buffet d'entrées</u>  <b>Bifteck</b>  <u>Flan de courgettes «maison»</u>                      Laitage - <b>Chausson aux pommes</b></p>	goûter	<p><b>Quenelles de volaille</b>                      Semoule                      Laitage - Fruit</p>
<b>MARDI</b>	Buffet varié	<p><u>Buffet d'entrées</u>  <u>Sauté de porc au curry «maison»</u>                      Pâtes                      Laitage - Fraises</p>	goûter	<p><b>Paupiette de veau</b>                      Choux-fleurs                      Laitage - <b>Glace</b></p>
<b>MERCREDI</b>	Buffet varié	<p>Friand  <b>Rôti de dinde</b> - Haricots verts                      Laitage - Fruit</p>	goûter	<p><b>Lamelles kebab</b>  <u>Pommes de terre sautées</u>                      Laitage - Fruit</p>
<b>JEUDI</b>	Buffet varié	<p><b>Charcuterie</b>  <u>Gratin de poisson «maison»</u>                      Riz                      Laitage - Fruit</p>	goûter	<p><b>Végétarien</b>  <u>Salade verte</u>  <u>Wrap végétarien «maison»</u>                      Laitage - Compote</p>
<b>VENDREDI</b>	Buffet varié	<p><b>Végétarien</b>  <u>Taboulé «maison»</u>  <u>Pizza au fromage «maison»</u>                      Fromage blanc sur coulis</p>		

Le Chef de cuisine,  
C. MONTEIX

La Gestionnaire,  
C. CARPENTIER

Vu, Le Principal,  
L. BOUJAZZ

