

MENU

DU LUNDI 22 AU VENDREDI 26 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

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> Rôti de porc <u>Pommes de terre au four</u> Laitage - Fruit | goûter | Paupiette de veau Haricots verts Laitage - Glace |
| MARDI | Buffet varié | <u>Buffet d'entrées</u> <u>Filet de poisson pané</u> Ratatouille « maison » Laitage - Clafoutis « maison » | goûter | Boulette de bœuf Semoule Laitage - Fruit |
| MERCREDI | Buffet varié | <u>Buffet d'entrées</u> Quenelles en sauce - Riz Laitage - Fruit | goûter | Selon effectifs / stocks |
| JEUDI | Buffet varié | Végétarien Œuf dur mayonnaise <u>Tajine de légumes «maison»</u> Laitage - Beignet | goûter | Repas froid |
| VENDREDI | Buffet varié | <u>Buffet d'entrées</u> <u>Goulasch «maison»</u> <u>Pâtes</u> Laitage - Fruit | | |

Le Chef de cuisine,
C. MONTEIX

La Gestionnaire,
C. CARPENTIER

Vu, Le Principal,
L. BOUAZIZ