



MENUS '4 SAISONS' | DU 04 SEPTEMBRE 2023 AU 22 OCTOBRE 2023 |

Menu scolaire

Du 25 septembre au 01 octobre

LUNDI	<p>Salade de choux fleurs <b>BIO</b></p> <p>Calamar à la romaine</p> <p>Pommes vapeur</p> <p>Fromage blanc nature</p> <p>Fruit de saison</p>	<p>🍴 🌱</p> <p>🍴</p>
MARDI	<p>Salade de blé à l'orientale</p> <p>Quenelles sauce blanche</p> <p>Epinards hachés <b>BIO</b></p> <p>Cantal AOP</p> <p>Purée pomme fraise</p>	<p>🍴</p> <p>🍴 🌱</p> <p>📍 🌱</p>
MERCREDI		
JEUDI	<p>Salade de haricots blancs</p> <p>Chipolatas au jus</p> <p>Ratatouille du chef</p> <p>Vache picon</p> <p>Fruit <b>BIO</b> de saison</p>	<p>🍴</p> <p>🍴</p> <p>🌱</p>
VENDREDI	<p>Céleri frais râpé vinaigrette</p> <p>Sauté de boeuf au paprika</p> <p>Semoule <b>BIO</b></p> <p>Fromage blanc aromatisé</p> <p>Gâteau aux pépites de chocolat du chef</p>	<p>🍴</p> <p>🍴</p> <p>🍴 🌱</p> <p>🍴</p>

LA PYRAMIDE ALIMENTAIRE



Les 7 grandes familles alimentaires :

- L'eau
- Les céréales
- Les fruits et légumes
- Les laitages
- La viande, le poisson, les œufs
- Les matières grasses
- Les sucreries

