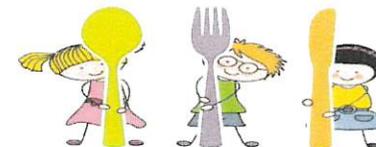




Menus du restaurant scolaire

Semaine du 08-sept au 14-sept 2025
37 / 1



Lundi 08-sept

MENU VEGETARIEN

Salade de tomate et concombre

anhydride sulfureux et sulfites, moutarde

Omelette Bio au fromage

lait, œufs

Frites Steakhouse

Tomme blanche

lait

Pastèque

Mardi 09-sept

Haricots verts Bio sauce
vinaigrette

anhydride sulfureux et sulfites, moutarde

Spaghetti à la bolognaise

céréales contenant du gluten, lait

Emmental

lait

Biscuit roulé à la crème
pâtissière

céréales contenant du gluten, lait, œufs

Jeudi 11-sept

Salade mâche Vinaigrette
balsamique

anhydride sulfureux et sulfites

Boulettes d'agneau aux épices

céréales contenant du gluten, lait, soja

Semoule au jus

céréales contenant du gluten, lait

Kiri Bio

lait

Bâtonnet glacé au chocolat

fruits à coques, lait, soja

Vendredi 12-sept

Chou rouge cuit, carotte cuite et
olive sauce vinaigrette

anhydride sulfureux et sulfites

Blanquette de saumon

anhydride sulfureux et sulfites, cèleri, céréales
contenant du gluten, lait, poissons

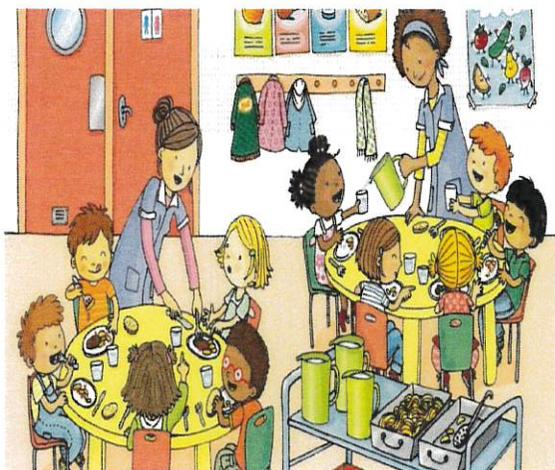
Riz aux petits légumes

cèleri

Brie Bio

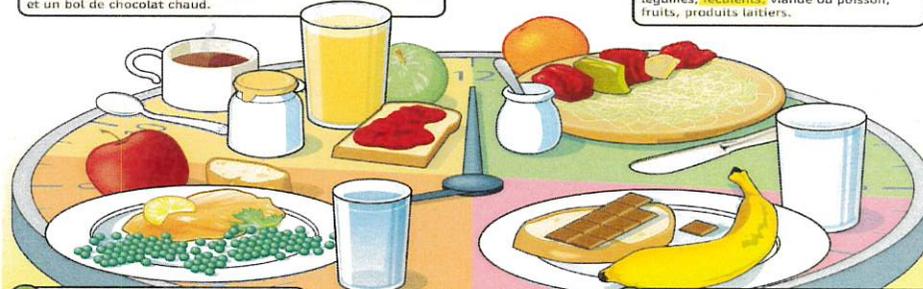
lait

Melon charentais



- Produit issu de l'Agriculture Biologique
- Produits d'origine française
- Appellation d'Origine Protégée
- Pêche durable MSC
- Produits Locaux
- Certification environnementale de niveau 2
- RUP
- Santéal
- Terroirs De France

1 Le petit déjeuner
Le petit déjeuner est un repas très important : il t'apporte de l'énergie pour être en forme jusqu'au déjeuner. Prends par exemple un verre de jus d'orange ou un fruit, un yaourt, une tartine de pain avec du beurre et de la confiture, et un bol de chocolat chaud.



2 Le déjeuner
Au déjeuner, essaie de varier tes aliments : légumes, **protéines**, viande ou poisson, fruits, produits laitiers.

4 Le dîner
Le soir, tu as besoin de moins d'énergie que dans la journée. Mange varié comme le midi, mais essaie de manger plus léger.

3 Le goûter
Le goûter aussi est utile pour avoir des forces jusqu'au dîner. N'hésite pas à manger du lait, du pain et du chocolat.