

**Menus du Lundi 6 Mai au Vendredi 10 Mai 2024**

LE MENU DU JOUR	L'APPORT NUTRITIONNEL JOURNALIER (en % sur la journée pour un enfant de maternelle et d'élémentaire)			IDEES D'EQUILIBRE JOURNALIER Menus conseils pour le soir
<b>Lundi 6 Mai</b>				
Salade verte Lasagnes aux légumes et lentilles corail Yaourt aromatisé Pain		<b>Maternelle</b>	<b>Elémentaire</b>	Pommes de terre et dés de fromage en vinaigrette Oeuf à la coque et mouillettes Courgettes sautées persillées Fruit
	<b>Protéines</b>	38 %	42 %	
	<b>Lipides</b>	36 %	33 %	
	<b>Glucides</b>	45 %	42 %	
	<b>Calcium</b>	37 %	32 %	
<b>Mardi 7 Mai</b>				
Tomates  et mozzarella Paella au poulet Gaufre à la chantilly Pain		<b>Maternelle</b>	<b>Elémentaire</b>	Taboulé de quinoa aux crudités et maïs Poêlée de pois gourmands Yaourt Fruit
	<b>Protéines</b>	42 %	46 %	
	<b>Lipides</b>	40 %	37 %	
	<b>Glucides</b>	35 %	32 %	
	<b>Calcium</b>	21 %	23 %	
<b>Jeudi 9 Mai</b>				
		<b>Maternelle</b>	<b>Elémentaire</b>	
	<b>Protéines</b>	0 %	0 %	
	<b>Lipides</b>	0 %	0 %	
	<b>Glucides</b>	0 %	0 %	
	<b>Calcium</b>	0 %	0 %	
<b>Vendredi 10 Mai</b>				
		<b>Maternelle</b>	<b>Elémentaire</b>	
	<b>Protéines</b>	0 %	0 %	
	<b>Lipides</b>	0 %	0 %	
	<b>Glucides</b>	0 %	0 %	
	<b>Calcium</b>	0 %	0 %	

**Conseil de la semaine :** Il est recommandé de consommer au moins 5 fruits et légumes par jour. Voici les légumes et fruits du mois de mai : artichaut, asperge, chou-rouge, concombre, courgette, cresson, endive, épinard, fraise, mesclun, mûre, navet, oseille, pamplemousse, petit pois, pois gourmand, radis, rhubarbe, salade.

- Poisson ou préparation à la base de poisson contenant plus de 70% de poisson et deux fois plus de protéines que de lipides
- Produit issu de l'Agriculture Biologique
- Produit d'Appellation d'Origine Protégée
- Produit d'Indication Géographique Protégée
- Produits riches en oméga 3 et issus d'une agriculture respectueuse de l'environnement

- Viande de France
- Produit Label Rouge
- L'origine de la viande sera communiquée 48 heures à l'avance par affichage
- Produits locaux et/ou frais de saison
- Plat sans chair animale
- Label MSC (Marine Steward Council) - Pêche durable
- Fruits, légumes et laitages subventionnés dans le cadre du programme de l'UE à destination des écoles Certification environnementale Niveau 2 (CE2)
- Issu d'une exploitation à Haute Valeur Environnementale

Flashez moi

*Ces menus pourront subir certaines modifications en raison des problèmes qui pourraient survenir au moment de leur réalisation*