

Menus du Lundi 9 Juin au Vendredi 13 Juin 2025

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 9 Juin</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>Mardi 10 Juin</b>			
Salade de pâtes  , poulet rôti  , tomates  , maïs, pesto doux, mozzarella et olives noires Glace à l'eau Pain		<b>Maternelle</b>	<b>Elémentaire</b>
	<b>Protéines</b>	42 %	39 %
	<b>Lipides</b>	36 %	32 %
	<b>Glucides</b>	36 %	32 %
	<b>Calcium</b>	19 %	17 %
Carottes râpées Perle de couscous aux petits légumes Fromage blanc aux fruits			
<b>Jeudi 12 Juin</b>			
Salade verte Hachis parmentier maison Brie à la coupe Pêche Pain		<b>Maternelle</b>	<b>Elémentaire</b>
	<b>Protéines</b>	44 %	41 %
	<b>Lipides</b>	36 %	34 %
	<b>Glucides</b>	35 %	31 %
	<b>Calcium</b>	31 %	31 %
Tarte à la ratatouille Mesclun Petit suisse			
<b>Vendredi 13 Juin</b>			
Salade de courgettes  au citron Loubia de haricots blanc sauce tomate Semoule Yaourt nature Pain		<b>Maternelle</b>	<b>Elémentaire</b>
	<b>Protéines</b>	41 %	39 %
	<b>Lipides</b>	38 %	34 %
	<b>Glucides</b>	40 %	37 %
	<b>Calcium</b>	23 %	18 %
Artichaut en vinaigrette Bruschetta aux sardines Fruit			

**Conseil de la semaine :** Variez les sources de protéines : alternez entre poisson, volaille, oeufs, viande et protéines végétales pour diversifier les apports nutritionnels.

- 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



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