AIXenPROVENCE.fr

DIRECTION DE LA RESTAURATION SCOLAIRE

Menus du Lundi 16 Novembre au Vendredi 20 Novembre 2026

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
Lundi 16 Novembre			
Velouté de carottes Tarte au fromage Salade verte Yaourt aromatisé Pain	**Maternelle** / **Elémentaire** **Protéines** 40 % / 37 % **Lipides** 45 % / 43 % **Glucides** 33 % / 32 % **Calcium** 37 % / 38 %		Pâtes en vinaigrette Filet de poisson au citron Fondue d'épinards Fruit
Mardi 17 Novembre			
Boeuf Strogonoff Tagliatelles Comté à la coupe Pomme Pain	**Maternelle** / **Elémentaire** **Protéines** 42 % / 43 % **Lipides** 42 % / 44 % **Glucides** 39 % / 39 % **Calcium** 24 % / 26 %		Salade de mâche Semoule aux légumes d'automne rôtis Yaourt
Jeudi 19 Novembre			
Mesclun et toast de houmous Filet de colin pané Haricots verts et pommes de terre sautés Fourme d'Ambert à la coupe Orange Pain	**Maternelle** / **Elémentaire** **Protéines** 40 % / 38 % **Lipides** 37 % / 37 % **Glucides** 34 % / 32 % **Calcium** 27 % / 32 %		Salade de quinoa à la betterave Purée de céleri rave à l'huile d'olive Fromage blanc Fruit
Vendredi 20 Novembre			
Chou rouge et carottes râpées en vinaigrette Emincé de volaille au basilic Blé étuvé au beurre Cantal à la coupe Ananas au sirop Pain	**Maternelle** / **Elémentaire** **Protéines** 44 % / 43 % **Lipides** 37 % / 37 % **Glucides** 35 % / 36 % **Calcium** 24 % / 30 %		Cottage cheese à la ciboulette Polenta aux champignons Fruit

Conseil de la semaine : Les légumes secs ont toute leur place dans l'alimentation des enfants. Lentilles, pois chiches, haricots secs ou fèves permettent de varier les sources de protéines et peuvent être associés à des céréales comme le riz, les pâtes ou la semoule.

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'**A**griculture **B**iologique

Produit d'**A**ppellation d'**O**rigine **P**rotégée

Produit d'**I**ndication **G**éographique **P**rotégée

Produits riches en oméga 3 et issus d'une agriculture respectueuse de l'environnement



Viande de **F**rance

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