

Menus du Lundi 17 Novembre au Vendredi 21 Novembre 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
Lundi 17 Novembre				
Salade farandole ☀️ Macaronis  au cheddar  Fruits au sirop Pain 		Maternelle	Elémentaire	Soupe de légumes d'automne Oeuf au plat Carottes râpées et petits croûtons Fruit
	Protéines	28 %	29 %	
	Lipides	42 %	40 %	
	Glucides	39 %	40 %	
	Calcium	22 %	22 %	
Mardi 18 Novembre				
Salade de riz Rôti de porc  Petits pois et carottes Camembert à la coupe  Orange ☀️  Pain 		Maternelle	Elémentaire	Laitue Gratin de courge et pomme de terre Compote
	Protéines	42 %	41 %	
	Lipides	34 %	36 %	
	Glucides	36 %	37 %	
	Calcium	25 %	25 %	
Jeudi 20 Novembre				
Salade verte ☀️ Boeuf  Stroganoff Boulgour  Yaourt nature Pain 		Maternelle	Elémentaire	Velouté de poireaux Galette de pois chiches Fromage Fruit
	Protéines	44 %	44 %	
	Lipides	43 %	43 %	
	Glucides	36 %	37 %	
	Calcium	26 %	28 %	
Vendredi 21 Novembre				
Soupe de courge butternut Filet de colin pané  Blettes sautées à l'ail Fromage fondu nature Banane ☀️  Pain 		Maternelle	Elémentaire	Tarte aux légumes d'hiver Salade d'endive Yaourt nature
	Protéines	38 %	35 %	
	Lipides	35 %	34 %	
	Glucides	37 %	35 %	
	Calcium	37 %	40 %	
Conseil de la semaine : En novembre, les soupes et gratins sont de bons alliés : ils réchauffent et permettent d'augmenter la part de légumes.				



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