

Menus du Lundi 21 Septembre au Vendredi 25 Septembre 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 21 Septembre				
Menu choisi par les enfants ! Tomates  mozzarella Boulettes de boeuf  à la provençale Spaghettis  Fondant au chocolat maison Pain 		Maternelle	Elémentaire	Taboulé de boulgour Haricots verts sautés persillés Yaourt Pomme
	Protéines	46 %	47 %	
	Lipides	45 %	46 %	
	Glucides	38 %	41 %	
	Calcium	19 %	21 %	
Mardi 22 Septembre				
Batavia en vinaigrette  Jambon  Purée de courgettes et de pommes de terre  Cantal à la coupe  Poire au sirop Pain 		Maternelle	Elémentaire	Cottage cheese à la ciboulette Petit risotto aux artichauts Raisin
	Protéines	38 %	40 %	
	Lipides	35 %	38 %	
	Glucides	33 %	33 %	
	Calcium	26 %	30 %	
Jeudi 24 Septembre				
Salade de pâtes  Filet de merlu  sauce beurre citronné Poêlée de panais et carottes Yaourt nature brassé Pain 		Maternelle	Elémentaire	Salade verte à l'échalote Patate douce rôtie au four Fromage Poire
	Protéines	41 %	38 %	
	Lipides	38 %	36 %	
	Glucides	32 %	33 %	
	Calcium	21 %	21 %	
Vendredi 25 Septembre				
Concombre vinaigrette  Estouffade végétarienne  Semoule  Fourme d'Ambert à la coupe  Prunes  Pain 		Maternelle	Elémentaire	Carottes râpées et croûtons Filet de colin sauce tomate Brocolis sautés Yaourt
	Protéines	38 %	35 %	
	Lipides	36 %	38 %	
	Glucides	38 %	36 %	
	Calcium	27 %	30 %	
Conseil de la semaine : Prendre le temps de manger ensemble, sans écran, favorise le plaisir de manger, l'écoute de la faim et la découverte de nouveaux aliments.				

 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