

Menus du Lundi 29 Juin au Vendredi 3 Juillet 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 29 Juin				
Filet de colin pané Riz et tomate à la provençale Fromage à la coupe Melon Pain		Maternelle	Elémentaire	Salade de pâtes aux crudités Courgettes sautées à l'huile d'olive Yaourt
	Protéines	40 %	37 %	
	Lipides	37 %	39 %	
	Glucides	35 %	33 %	
	Calcium	27 %	30 %	
Mardi 30 Juin				
Salade de pommes de terre, haricots verts et crudités Poulet rôti Cantal à la coupe Pêche Pain		Maternelle	Elémentaire	Taboulé aux herbes fraîches Gratin de fenouil au parmesan Fruit
	Protéines	44 %	41 %	
	Lipides	35 %	36 %	
	Glucides	32 %	31 %	
	Calcium	22 %	24 %	
Jeudi 2 Juillet				
Salade de quinoa, pois chiches, tomates , concombres Yaourt nature Clafoutis aux cerises maison Pain		Maternelle	Elémentaire	Mesclun et oeuf mimosa Poêlée de haricots verts Fromage Fruit
	Protéines	44 %	41 %	
	Lipides	35 %	36 %	
	Glucides	41 %	40 %	
	Calcium	31 %	34 %	
Vendredi 3 Juillet				
Club sandwich maison au rôti de dinde , crudités et fromage Abricot Glace		Maternelle	Elémentaire	Salade de vermicelles de riz, carotte et concombre Fromage blanc Fruit
	Protéines	40 %	41 %	
	Lipides	32 %	35 %	
	Glucides	36 %	32 %	
	Calcium	28 %	34 %	

Conseil de la semaine : Les légumes du soleil sont à l'honneur, et les fruits d'été sont parfaits pour se rafraîchir durant les journées chaudes. Voici les fruits et légumes du mois : abricot, ail, artichaut, aubergine, avocat, blette, brugnion, cassis, cerise, chou rouge, concombre, cornichon, courgette, cresson, fenouil, figue, fraise, framboise, fruit de la passion, groseille, haricot vert, maïs, mangue, melon, mûre, myrtille, oseille, pastèque, pâtisson, pêche, petit pois, poivron, prune, salade, tomate.

- 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
- Label MSC (Marine Steward Council) - Pêche durable
- Plat sans chair animale
- 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