DIRECTION DE LA RESTAURATION SCOLAIRE



Menus du Lundi 3 Novembre au Vendredi 7 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 3 Novembre

Salade verte Boeuf bourguignon 🅍 🍱 🧀 Boulgour A A Yaourt <u>aromat</u>isé Pain 🔏 📈

	Maternelle	Elémentaire
Protéines	40 %	43 %
Lipides	37 %	37 %
Glucides	32 %	34 %
Calcium	23 %	24 %

Velouté de courge et carottes Galette de légumes et riz semi complet Fromage Fruit

Mardi 4 Novembre

Feuilleté au fromage et salade chiffon Filet de merlu 🔀 🥞 sauce tomate Salsifis à l'ail et pommes de terre Fromage blanc Pain 🕸 📶

	Maternelle	Elémentaire
Protéines	45 %	46 %
Lipides	40 %	38 %
Glucides	37 %	35 %
Calcium	23 %	31 %

Salade de quinoa Fondu de poireaux et courge rôtie

Jeudi 6 Novembre

Pois chiches au cumin Poulet rôti 🍅 🎯 aux herbes Purée de potiron 🕮 🚈 Gouda à la coupe Poire 🎏 🚜 🥳 Pain 🕮 🗾

	Maternelle	Elémentaire
Protéines	48 %	48 %
Lipides	41 %	40 %
Glucides	35 %	34 %
Calcium	25 %	31 %

Salade verte à l'huile de noix Pâtes aux petits légumes Yaourt

Vendredi 7 Novembre

Carottes râp<u>é</u>es 🔆 🕮 📨 🥌 Raviolis de légumes 🍱 lle flot

rapees 📜 📠 🐷	
nes 🔏 📨 sauce napolitaine	
MAGGINERAL	
H. O. H. J. L.	
lle flottante	
Pain AB AB	

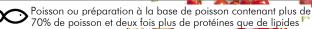
	Maternelle	Elémentaire
Protéines	40 %	38 %
Lipides	43 %	41 %
Glucides	46 %	45 %
Calcium	22 %	22 %
	_	

Toast de sardines Poêlée de légumes Fromage Fruit

Viande de **F**rance

Produit Label Rouge

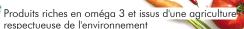
Conseil de la semaine : Le Programme National Nutrition Santé recommande de consommer 5 légumes et fruits par jour. Voici les légumes et fruits du mois de novembre : blette, brocoli, céleri, cèpe, champignon de Paris, chou de Bruxelles, chou-fleur, chou kale, chou pommé, citron, clémentine, coing, courge, endive, épinard, fenouil, figue, grenade, kaki, kiwi, mâche, mandarine, navet, panais, poire, poireau, pomme, potiron, rutabaga, topinambour.









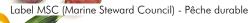


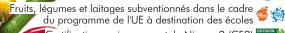


L'origine de la viande sera communiquée

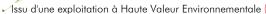
48 heures à l'avance par affichage

Produits locaux et/ou frais de saison 罐 🦲











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

