

Menus du Lundi 24 Février au Vendredi 28 Février 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 24 Février				
Carottes râpées ☀️ et croûtons en vinaigrette Sauté de poulet 🇫🇷 🇪🇺 🇫🇷 sauce curry Purée de potimarron 🇫🇷 🇪🇺 Camembert 🇫🇷 🇪🇺 🇫🇷 Banane 🍌 🇫🇷 🇪🇺 Pain 🇫🇷 🇪🇺		Maternelle	Elémentaire	Betteraves en vinaigrette Pâtes à la fondue de poireaux Fruit
	Protéines	44 %	46 %	
	Lipides	38 %	39 %	
	Glucides	43 %	37 %	
	Calcium	25 %	22 %	
Mardi 25 Février				
Salade verte 🌿 🇫🇷 🇪🇺 🇫🇷 Loubia de haricots blancs sauce tomate 🇫🇷 🇫🇷 Semoule 🇫🇷 🇪🇺 Brie à la coupe Compote pomme poire 🇫🇷 🇪🇺 Pain 🇫🇷 🇪🇺		Maternelle	Elémentaire	Carottes râpées Tarte aux épinards Yaourt
	Protéines	34 %	39 %	
	Lipides	40 %	41 %	
	Glucides	44 %	40 %	
	Calcium	19 %	18 %	
Jeudi 27 Février				
Chou rouge 🌿 sauce yaourt Rôti de porc 🇫🇷 Poêlée de légumes et pommes de terre Emmental à la coupe Brownie maison Pain 🇫🇷 🇪🇺		Maternelle	Elémentaire	Endives en salade Quinoa aux légumes à l'indienne Fruit
	Protéines	41 %	45 %	
	Lipides	43 %	41 %	
	Glucides	38 %	31 %	
	Calcium	29 %	26 %	
Vendredi 28 Février				
Salade de céréales 🇫🇷 🇪🇺 Filet de colin 🐟 🇫🇷 🇪🇺 pané Brocolis sautés persillés Gouda à la coupe Orange 🍊 Pain 🇫🇷 🇪🇺		Maternelle	Elémentaire	Salade verte Pomme de terre en robe des champs Pomme au four
	Protéines	46 %	47 %	
	Lipides	36 %	34 %	
	Glucides	36 %	31 %	
	Calcium	34 %	32 %	

Conseil de la semaine : Lire la liste des ingrédients permet d'apprécier la qualité nutritionnelle d'un produit alimentaire. Les composants du produit sont toujours classés par ordre décroissant. Ainsi, celui qui est mentionné en premier dans la liste est celui qui est présent en plus grande quantité, les autres suivent par ordre d'importance.

- 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



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