

Menus du Lundi 30 Mars au Vendredi 3 Avril 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 30 Mars				
Céleri rémoulade Printanière de veau Gouda à la coupe Orange Pain		Maternelle	Elémentaire	Taboulé de quinoa Légumes rôtis au four Yaourt Fruit
	Protéines	42 %	40 %	
	Lipides	35 %	36 %	
	Glucides	35 %	33 %	
	Calcium	34 %	38 %	
Mardi 31 Mars				
Carottes râpées citronnées Tajine de légumes aux pois chiches Semoule Petits-suisses Pain		Maternelle	Elémentaire	Salade verte et petit toast de fromage Omelette Poêlée de légumes Fruit
	Protéines	40 %	35 %	
	Lipides	35 %	39 %	
	Glucides	42 %	43 %	
	Calcium	29 %	30 %	
Jeudi 2 Avril				
Salade verte Rôti de dinde Purée de carottes et lentilles Yaourt nature brassé Biscuit Pain		Maternelle	Elémentaire	Betteraves en vinaigrette Polenta aux olives Fromage Fruit
	Protéines	41 %	40 %	
	Lipides	33 %	34 %	
	Glucides	36 %	35 %	
	Calcium	25 %	27 %	
Vendredi 3 Avril				
Endives en vinaigrette Filet de colin Riz créole Emmental à la coupe Compote Pain		Maternelle	Elémentaire	Salade de pommes de terre Blettes sautées à l'ail Petit suisse et fruit
	Protéines	40 %	40 %	
	Lipides	37 %	36 %	
	Glucides	37 %	37 %	
	Calcium	27 %	28 %	

Conseil de la semaine : Le printemps s'installe et les assiettes se remplissent de couleurs ! Voici les fruits et légumes du mois : Asperge, avocat, banane, chou rouge, cresson, endive, épinard, fenouil, fruit de la passion, mangue, mesclun, mûre, navet, oignon, oseille, pamplemousse, poireau, pois gourmand, pomme, radis, rhubarbe, salade.

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