

Menus du Mardi 1er Septembre au Vendredi 4 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
Mardi 1er Septembre				
Salade verte  Rosbeef   Coquillettes au beurre Fromage à coque rouge    Glace vanille fraise Pain  		Maternelle	Elémentaire	Salade de pommes de terre à la ciboulette Haricots verts sautés persillés Yaourt Prune
	Protéines	0 %	0 %	
	Lipides	0 %	0 %	
	Glucides	0 %	0 %	
	Calcium	0 %	0 %	
Jeudi 3 Septembre				
Boulgour   en vinaigrette aux tomates cerises  et olives noires Filet de colin   sauce citron Carottes vapeur   Comté à la coupe   Clafoutis aux cerises maison Pain  		Maternelle	Elémentaire	Laitue et radis Aubergine rôtie au thym Tartine de pain complet Fromage blanc
	Protéines	0 %	0 %	
	Lipides	0 %	0 %	
	Glucides	0 %	0 %	
	Calcium	0 %	0 %	
Vendredi 4 Septembre				
Pizza au fromage Oeufs durs   Gratin d'épinards  Poire   Pain  		Maternelle	Elémentaire	Concombre sauce yaourt Polenta en sauce tomate Compote
	Protéines	0 %	0 %	
	Lipides	0 %	0 %	
	Glucides	0 %	0 %	
	Calcium	0 %	0 %	

Conseil de la semaine : Une rentrée vitaminée sous le soleil de septembre ! Profitez des fruits et légumes de saison pour varier les couleurs et les saveurs dans l'assiette. Parmi les légumes : haricots verts, poivrons, aubergines, courges, brocolis, concombres, tomates... Côté fruits : pommes, poires, raisins, figues, pêches, prunes... Ils sont riches en vitamines, fibres et minéraux et apportent de la fraîcheur aux repas !



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