

Menu restaurant scolaire

lundi
28-nov

betteraves rouges bio


efiloché de saumon à la crème


torsades bio


emmental râpés

poire


mardi
29-nov


mâche


boulettes de soja


ratatouille

cantal bio


gâteau au chocolat


MERCREDI
30-nov


salade de choux blanc gourmande


sauté de dinde



riz bio



brie


abricot au sirop

jeudi
01-déc

sardine

pot au feu


et ses légumes


yaourt nature bio



kaki


vendredi
02-déc

soupe de vermicelle


rôti de porc


choux fleurs


bleu bio


banane bio


-  légumes ou fruits crus pour l'apport en vitamines et en fibres
 -  viandes, poissons, œufs ou légumineuses pour l'apport en protéines
 -  légumes ou fruits cuits pour l'apport en vitamines et en fibres
 -  féculents (sucres lents) pour l'énergie de la journée
 -  produits laitiers pour l'apport en calcium
 -  produits sucrés (sucres rapides) pour l'énergie immédiate
- en option à ne pas négliger : le pain issu d'une farine locale**

-  repas végétarien
-  réalisé dans nos cuisines
-  matière produite sur notre territoire
-  matière produite en Auvergne
-  plat réalisé à partir de produits BIO
-  produit de saison



Menus et informations sur la provenance donnés à titre indicatif susceptible de modifications liées à d'éventuels soucis d'approvisionnements