

MENU ENFANTS

Du lundi 12 au vendredi 16 janvier 2026



LUNDI

Salade carnaval

(chou blanc, concombre, échalotes, ail, maïs, moutarde, persil, radis)



Blanquette de veau à l'ancienne

(carottes, champignons, ail, clous de girofle, citron, oignons, crème fermière)



Riz Bio **Bjô**

Fromage

Kiwi

MARDI

Velouté aux marrons

(marrons, poireaux, chou vert, oignons)

Filet de poisson, sauce crème chorizo



(crème fermière, chorizo, échalotes, fumet de poisson, citron, vin blanc)

Chou-fleur, brocolis

Fromage

Yaourt Bio sucré **Bjô**

MERCREDI

Concombres Tzatziki

(ail, aneth, coriandre, piment de Cayenne, huile d'olive, menthe, moutarde, yaourt fermier)



Lasagnes végétariennes

(ail, aubergines, courgettes, oignons, origan, poivrons, tomate, emmental, béchamel, lait Bio) **Bjô**

Petit pot de glace

JEUDI

Potage Freneuse

(crème fermière, céleri, oignons, poireaux, pommes de terre)



Poulet de Bréauté, sauce basquaise

(ail, huile d'olive, oignons, poivrons, tomate)

Ratatouille et semoule

(ail, aubergines, courgettes, laurier, oignons, tomate, thym, semoule Bio) **Bjô**

Fromage

Banane

VENDREDI

Salade savoyarde

(salade, cantal, emmental, lardons, croûtons, graines de pavot, moutarde, persil)



Œuf dur, sauce safranée

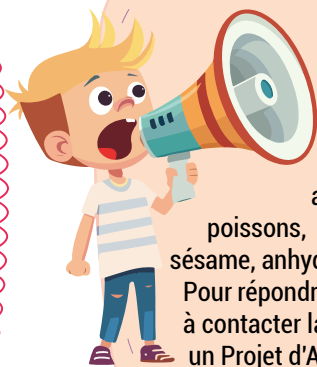
(œuf Bio, crème fermière, échalotes, piment de Cayenne, safran)



Carottes

Fromage blanc

ALLERGIES



Les plats proposés sont susceptibles de contenir un ou plusieurs des 14 allergènes à déclaration obligatoire du règlement n°1169 / 2011 du 25 octobre 2011 (liste des allergènes : céréales contenant du gluten, crustacés, œufs, poissons, arachides, soja, lait, fruits à coques, céleri, moutarde, sésame, anhydride sulfureux et sulfite, lupin, mollusques). Pour répondre à vos préoccupations et obligations, nous vous invitons à contacter la médecine scolaire et le directeur de l'école afin d'établir un Projet d'Accueil Individualisé avec notre service.

LA STAR DE LA SEMAINE

LE RIZ

Le riz est une part très importante de l'alimentation en Asie et en Afrique, mais aussi dans le reste du monde. Cette graine contient beaucoup d'amidon, un glucide complexe apportant de l'énergie à l'organisme. Les bienfaits du riz sur l'organisme sont nombreux : il est source de fibres, vitamines (B1, B3 et B5) et minéraux (potassium, magnésium, phosphore) ; il permet une meilleure absorption et assimilation des nutriments (notamment de ceux des fruits et légumes) ; il permet de diminuer la consommation de graisses saturées ; il est bon pour la ligne car il offre un fort pouvoir de satiété et est pauvre en lipide ; riche en fibre, il permet une bonne régulation de l'organisme au niveau digestif. Il permet de diminuer le risque de maladies cardiovasculaires, l'obésité, le diabète et la diarrhée.



TRAÇABILITÉ

Nous privilégions les filières locales et fermières et l'origine française de nos produits. "Notre établissement scolaire fournit des produits laitiers subventionnés par l'Union Européenne dans le cadre du régime européen de distribution de lait aux écoles".



Les mets soulignés et en gras peuvent être allergènes chez certaines personnes