

MENU ENFANTS

Du lundi 17 au vendredi 21
août 2026
CLSH Dolto



LUNDI

Melon



Sauté de veau, sauce moutarde
(crème fermière, échalotes, moutarde)

Haricots beurre

Fromage

Nectarine

MARDI

Carottes râpées, vinaigrette
(échalotes, ail, persil, moutarde)



Filet de merlu, sauce crème
(crème fermière, échalotes, fumet de poisson, citron)

Purée d'épinard

(pommes de terre, épinards, beurre, lait Bio) **Bjô**

Prunes de saison

MERCREDI

Allumette au fromage

Bjô (lait Bio, œufs Bio, emmental, muscade, béchamel)

Chili sin carne aux pois et haricots rouges

Bjô (pois Bio, Haricots rouges, ail, carottes, coriandre, cumin, oignons rouges, poivrons, tomate)

Bjô Riz Bio nature

Barre glacée

JEUDI

Tomates, vinaigrette
(salade, moutarde)



Sauté de bœuf à la provençale

Bjô (bœuf Bio, ail, laurier, oignons, olives vertes, persil, tomate)

Frites



Yaourt fermier aux fruits

VENDREDI

PIQUE-NIQUE



Sandwich au jambon

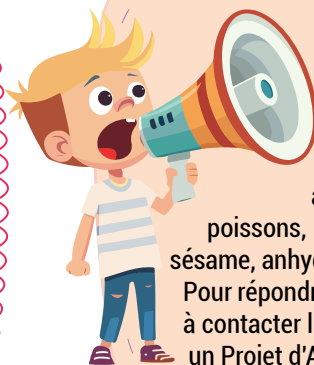
Sandwich au fromage

Chips

Nectarine



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



LA PRUNE

Il semblerait que le prunier soit issu d'un croisement entre plusieurs espèces européennes et asiatiques datant de plusieurs milliers d'années.

En Europe, les Romains semblent avoir été les premiers à découvrir le fruit. En France, il faudra attendre le Moyen-Âge, puis la Renaissance, pour que la prune connaisse un véritable succès. On la déguste alors en fruit de table, en tarte, en flan et surtout en confiture.

La prune est peu caloriques. La charge glycémique de la prune est peu élevée.

Riche en vitamines, en antioxydants et en fer, la prune apporte de nombreux bienfaits à l'organisme : ses propriétés antioxydantes permettent de limiter la croissance de cellules cancéreuses. Ses effets anti-cancer sont donc mis en avant.



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".

