

MENU ENFANTS

Du lundi 30 juin
au vendredi 4 juillet 2025



LUNDI

Céleri rémoulade végétarienne

Bjô (céleri Bio, haricots secs, huile de noix, moutarde, vinaigre balsamique)



Sauté de veau à la catalane

(ail, citron, laurier, oignons, olives vertes, persil, tomate, thym)

Cocos blancs à la tomate

Fromage

Pêche



MARDI

Salade de lentilles au fromage frais

Bjô (lentilles Bio, salade, oignons rouges, fromage frais)

Filet de poisson du marché,



sauce ciboulette

(crème fermière, ciboulette)

Haricots verts en persillade

Salade de fruits "maison"



MERCREDI

Carottes râpées vinaigrette



Hachis parmentier provençal

(boeuf, oignons, pommes de terre, tomate)

Salade verte

Fromage

Bjô Yaourt nature Bio sucré



JEUDI

Melon

Œuf dur Bio, sauce crème

(crème fermière)



Bjô Penne rigate Bio au beurre

Fromage

Esquimau

LA STAR DE LA SEMAINE

LA TOMATE

La tomate est une espèce de plantes herbacées du genre Solanum de la famille des Solanacées, originaire du Nord-Ouest de l'Amérique du Sud, largement cultivée pour son fruit. La tomate se consomme comme un légume-fruit, crue ou cuite. Riche en vitamines A, C et en lycopène, la tomate est une cure de jouvence à elle toute seule. Ces composants à l'effet antioxydants préservent les cellules de l'effet délétère des radicaux libres, et les protègent du vieillissement prématuré ainsi que de la survenue de certains cancers. Son pigment rouge (lycopène) est un allié bonne mine par excellence, et protège notre peau des effets néfastes des ultra-violets.

Riches en fibres douces, les tomates sont parfaites pour réguler le transit intestinal et favoriser la satiété.



VENDREDI

Salade aux deux choux

(chou blanc, chou rouge, tomate, **œufs Bio**) **Bjô**



Moules, sauce au curry

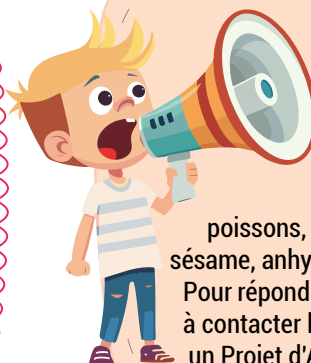
(crème fermière, curry, persil, échalotes)

Frites

Tarte amandine aux abricots "maison"



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.

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