

MENUS DES ÉCOLES

OCTOBRE 2025 du 13 au 17
Semaine de la découverte des continents

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Du 29 sept. au 03 oct.	Repas végétarien Gratin de pommes de terre et courgettes Les fripons Fruit Goûter : compote, yaourt, gaufre	Tomate et gouda Sauté de dinde au paprika Pané du fromager Haricots verts Petit suisse aux fruits et biscuit Goûter : petit beurre, lait, fruit	Poisson à la moutarde Duo de haricots et pois chiches Semoule Chanteneige Fruit Goûter : pain au lait, jus de fruits, barre de chocolat	Salade de blé aux légumes Sauté de boeuf au cumin Oeuf dur à la béchamel Jardinière de légumes Fromage blanc aux fruits Goûter : pain au lait, barre de chocolat, fruit	Repas végétarien Cake au chèvre et brocolis Salade verte et maïs Edam Salade de fruits Goûter : compote, pain, pâte à tartiner
Du 06 oct. au 10 oct.	Salade de pommes terre et radis Rôti de boeuf sauce brune Galette de boulgour à la mexicaine Chou romanesco Yaourt aromatisé Goûter : compote, biscuit Palmier, lait	Repas végétarien Pizza aux légumes (poivron, tomate et courgette) Salade verte Saint Paulin Fruit Goûter : fruits pain, fromage	Salade de riz aux crudités Rougail de saucisse Rougail de knack de blé Haricots plats Camembert Goûter : yaourt, jus de fruits, biscuit Palmito	Repas végétarien Couscous de légumes et pois chiches Semoule Coulommiers Fruit Goûter : fruit, fromage blanc, petit exquis	Salade de boulgour (concombre, tomate et olive) Poisson meunière Omelette Epinards à la crème Gouda Goûter : compote, pain, barre de chocolat
Du 13 oct. au 17 oct.	Afrique Mafé au poulet Mafé de patate douce Riz Fromage blanc Salade d'orange à la menthe Goûter : fruit, fromage, pain	Océanie Salade de risoni au surimi Poisson à l'australienne Omelette au fromage Epinards Smoothie au kiwi Goûter : jus de fruits, yaourt, madeleine	Asie Repas végétarien Salade de haricots mungo à la coriandre Curry de pommes de terre Ananas à la noix de coco Goûter : fruit, lait, biscuit Gaillardises	Amérique Repas végétarien Salade américaine Nuggets de blé sauce ketchup Purée de potiron Donut Goûter : compote de fruits, brioche, pâte à tartiner	Europe Salade verte aux croûtons Boeuf bourguignon Haricots coco à la tomate Carottes sautées persillées Tarte aux pommes Goûter : jus de fruits, pain au lait, barre de chocolat
Du 20 oct. au 24 oct.	Repas végétarien Salade verte et oeuf dur Gratin de pâtes Mimolette Compote de fruits Goûter : fruit, pain au lait, barre de chocolat	Poisson à l'aneth Boulettes de lentilles Courgettes braisées Pont 'Evêque Fruit et biscuit Goûter : jus de fruits, pain, confiture	Chou blanc rémoulade Saucisse de Francfort Knack de blé Purée de légumes Gâteau de semoule Goûter : fruit, petit suisse, barre de céréales	Repas végétarien Dahl de lentilles Riz Rondelé Fruit Goûter : compote, biscuit Palmier, lait	Endives et maïs Rôti de veau au jus Galette de boulgour, épeautre et légumes Potiron rôti Fromage blanc aux fruits Goûter : compote, pain, fromage

1 céréales, 2 crustacés, 3 oeufs, 4 poisson, 5 arachides, 6 soja, 7 lait, 8 fruits à coque, 9 céleri, 10 moutarde, 11 graines sésame, 12 sulfites, 13 lupin, 14 mollusques, 15 gluten liste des 14 ingrédients allergènes : céréales contenant du gluten c'est-à-dire, blé, seige, orge, avoine, épeautre, kamut ou leurs souches hybridées, crustacés, oeufs, poissons, arachides, soja, lait, fruits à coque, céleri, moutarde, graines de sésame, anhydride sulfureux et sulfites, lupin, mollusques et tous les produits à base de ces 14 allergènes majeurs.