

Collège Antoine de Saint Exupéry - Lempdes

Le menu est susceptible d'être modifié en fonction des stocks disponibles et des livraisons

Lundi 27/04/26

Salade de maïs, **concombre**, **pamplemousse**, salade de pépinettes, **salade verte**
Grillade de porc
Haricots verts
Laitage
Mousse au chocolat Bio et biscuit
Fruits



Mardi 28/04/26

Mix de salades, **salade verte**
Moules
Frites
Laitage
Compote

Mercredi 29/04/26

Endives, mâche
Pâtes sauce provençale
Laitage
Poire **chocolat** ou pêche **coulis**



Jeudi 30/04/26

Taboulé, maquereaux, sardines, salade verte
Paleron de boeuf
Carottes **Vichy**
Laitage
Fruits



Vendredi 01/05/26

FÉRIÉ

La Principale,

Mme ANDRÉ Sylvie

La Gestionnaire,

Véronique MARQUET

- Légumes ou fruits cuits (apport fibres et vitamines)
- Viandes, œufs, poissons pour l'apport de protéines
- Crudités pour l'apport de vitamines
- Féculents pour l'énergie de la journée (sucres lents)
- Produits sucrés (l'énergie immédiate, sucre rapide)
- Laitages pour l'apport de calcium
- Huile, beurre, matières grasses (vinaigrette, mayonnaise, jus, sauce)