

Collège Antoine de Saint Exupéry - Lempdes

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

Lundi 15/06/26

Endives, mâche aux noix, salade verte

Fish and chips

Laitage

Compote



Mardi 16/06/26

Salade de pâtes, salade niçoise, salade verte

Saucisse

Courgettes fraîches snackées

Laitage

Fruits

Mercredi 17/06/26

Salade composée, salade verte

Quiche aux fromages

Laitage

Semoule au lait



Jeudi 18/06/26

Raïta de concombre, salade verte

Poulet tandoori

Brunoises de légumes et riz

Laitage

Smoothie

Vendredi 19/06/26

Melon, pastèque, salade verte

Blanquette de veau à l'ancienne

Semoule aux petits légumes

Laitage

Salade de fruits



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)