

Ofu menu dans les restaurants scolaires

Du 27 Février au 3 Mars 2023



Dans le flash code :
Tous les menus
du mois




Tous les menus sont soumis au contrôle d'un diététicien.

Lundi





- Concombre et féta
- Crousty végétal
- Poix doux et carottes bâtonnets
- Yaourt vanille 
- Pain paysan 

Mardi




- Soupe de carottes
- Filet de poulet au Maroilles
- Gratin de pomme de terre et courgettes
- Camembert 
- Pain boulot





Mercredi

- Maches et betteraves rouges
- Jambon sans Nitrite
- Coquillettes 
- Velouté aux fruits 
- Pain céréales

Jeudi

- Salade coleslaw
- Carbonnade  flamande 
- Frites
- Pommes en morceaux 
- Pain boulot

Vendredi

- Céleri rémoulade 
- Filet de colin pané aux graines de millet 
- Purée de légumes verts
- Flan au chocolat
- Pain Complet

Ce qu'il te faut dans un repas :

- Légumes et fruits CRUS
- Légumes et fruits CUIITS
- Sources de protéines (viande, poisson, oeuf...)
- Féculents = sucres lents (pâtes, riz, pain...)
- Produits laitiers
- Eau

