

MENU DE LA SEMAINE

MATERNELLES

DU 23 AU 27 MARS 2026

Sous réserve d'approvisionnement / * Aide UE à destination des écoles

LE SAVIEZ-VOUS ?

Le 22 mars c'était la journée mondiale de l'eau. S'hydrater est très important ; En effet contrairement à ce que l'on peut penser, **on peut mourir de déshydratation**. Boire de l'eau tout au long de la journée assure notre équilibre physiologique, cela permet aux reins de travailler correctement pour éliminer les substances toxiques du corps en drainant les déchets hors de notre organisme.

Voici les bons gestes à adopter :

Boire de l'eau régulièrement, boire en petites quantités de nombreuses fois au cours de la journée, penser à boire davantage quand il fait froid même sans soif et encore plus quand il fait chaud. **Attention, la soif est déjà un signe de déshydratation**. Pensez à varier les eaux car **certaines sont plus riches en minéraux que d'autres (magnésium, calcium...)**. Pensez à **aromatiser votre eau avec des rondelles de citron ou de fruits** si c'est plus facile pour vous de boire ou buvez des **infusions ou tisanes** (sans thés et sans sucre).

LUNDI
23/03/2026
MARDI
24/03/2026
MERCREDI
25/03/2026

JEUDI
26/03/2026
 Voyage au Mexique

VENDREDI
27/03/2026

 M
E
N
U

Concombre vinaigrette

Tortelloni 4 fromages

 *Fromage blanc nature
 et sucre

 *Pomme 

Maquereau à la tomate

 Emincé de bœuf 
 sauce Yassa

Purée de pomme de terre

 *Edam 

 *Orange 

 Velouté de butternut et
 potimarron 

 Escalope de poulet 
 sauce normande

Beignets de brocolis

 Saint Morêt 

Eclair au chocolat


 Carottes râpées vinaigrette

 Chili végétarien 

 Riz 

Babybel

 Gélifié vanille 

Salade de perles marine

 Pépites de poisson MSC 
 (nuggets)

 Epinards à la crème 

 *Chanteneige 

Ananas

GOUTER

 Muffin vanille pépite choco
 Briquette jus pommes


 Baguette 
 Beurre
 Barre de chocolat 

 Quatre-quart nature 
 Yaourt vanille 

 Gâteau  Compote

 Baguette 
 Pâte à tartiner
 Fruits

LE SAVIEZ-VOUS ?

Le 22 mars c'était la journée mondiale de l'eau. S'hydrater est très important ; En effet contrairement à ce que l'on peut penser, **on peut mourir de déshydratation**. Boire de l'eau tout au long de la journée assure notre équilibre physiologique, cela permet aux reins de travailler correctement pour éliminer les substances toxiques du corps en drainant les déchets hors de notre organisme.

Voici les bons gestes à adopter :

Boire de l'eau régulièrement, boire en petites quantités de nombreuses fois au cours de la journée, penser à boire davantage quand il fait froid même sans soif et encore plus quand il fait chaud. **Attention, la soif est déjà un signe de déshydratation.** Pensez à varier les eaux car **certaines sont plus riches en minéraux que d'autres (magnésium, calcium...)**. Pensez à **aromatiser votre eau avec des rondelles de citron ou de fruits** si c'est plus facile pour vous de boire ou buvez des **infusions ou tisanes** (sans thés et sans sucre).

LUNDI
23/03/2026

MARDI
24/03/2026

MERCREDI
25/03/2026

 JEUDI
26/03/2026
Voyage au Mexique

VENDREDI
27/03/2026

M
E
N
U

Concombre vinaigrette

Tortelloni 4 fromages

*Fromage blanc nature
 et sucre

*Pomme 

Maquereau à la tomate

Emincé de bœuf 
sauce Yassa

Purée de pomme de terre

*Edam 

*Orange 

Velouté de butternut et
potimarron 

Escalope de poulet 
sauce normande

Beignets de brocolis

Saint Morêt 

Eclair au chocolat

 
Carottes râpées vinaigrette

Chili végétarien 

Riz 

Babybel

Gélifié vanille 

Salade de perles marine

Pépites de poisson MSC 
(nuggets)

Epinards à la crème 

*Chanteneige 

Ananas

GOUTER

Quatre-quart nature 
Yaourt vanille 

LE SAVIEZ-VOUS ?

Le 22 mars c'était la journée mondiale de l'eau. S'hydrater est très important ; En effet contrairement à ce que l'on peut penser, **on peut mourir de déshydratation**. Boire de l'eau tout au long de la journée assure notre équilibre physiologique, cela permet aux reins de travailler correctement pour éliminer les substances toxiques du corps en drainant les déchets hors de notre organisme.

Voici les bons gestes à adopter :

Boire de l'eau régulièrement, boire en petites quantités de nombreuses fois au cours de la journée, penser à boire davantage quand il fait froid même sans soif et encore plus quand il fait chaud. **Attention, la soif est déjà un signe de déshydratation**. Pensez à varier les eaux car **certaines sont plus riches en minéraux que d'autres (magnésium, calcium...)**. Pensez à **aromatiser votre eau avec des rondelles de citron ou de fruits** si c'est plus facile pour vous de boire ou buvez des **infusions ou tisanes** (sans théines et sans sucre).

LUNDI
23/03/2026

MARDI
24/03/2026

MERCREDI
25/03/2026

 **JEUDI**
26/03/2026
Voyage au Mexique

VENDREDI
27/03/2026

M
E
N
U

Concombre vinaigrette
ou
Carottes râpées vinaigrette


Tortellini 4 fromages

*Fromage blanc nature 
et Sucre
ou Petit suisse aux fruits


*Orange  **ou** Kiwi

Maquereau à la tomate
ou Betteraves cubes vinaigrette
 

Emincé de bœuf  sauce
Yassa

Purée de pomme de terre

*Edam 
ou *Babybel 

*Banane  **ou**
*Pomme 

Velouté de butternut et
potimarron 

Escalope de poulet  sauce
normande

Beignets de brocolis
ou
Frites + mayo
(R. Rolland et V. Hugo)

Saint Moret 

Eclair au chocolat

Carottes râpées vinaigrette
  **ou**
Salade verte, Emmental

Chili végétarien 

Riz 

Babybel **ou** *Emmental 

Gélifié vanille 
ou
Crème dessert chocolat 

Salade de perles marine
ou
Riz niçois 

Pépites de poisson MSC  (nuggets)
Epinards à la crème 

*Chanteneige  **ou**
*Mimolette 

Ananas **ou**
* Pomme 

GOUTER

Quatre-quart nature
Yaourt vanille