



LE SAVIEZ-VOUS ?

Le 9 octobre c'était la journée mondiale de l'œuf. L'œuf est un aliment clé d'une alimentation équilibrée : c'est la protéine animale la moins chère du marché.

Deux œufs équivalent à un steak de 100 g.

Le blanc d'œuf est constitué à 90 % d'eau et ne contient ni graisses ni cholestérol. Le jaune d'œuf, souvent critiqué pour son cholestérol, est pourtant la partie la plus riche en protéines, vitamines et minéraux essentiels. Consommer uniquement le blanc, c'est passer à côté de nombreux nutriments !

Pour bien choisir vos œufs, regardez le premier chiffre inscrit sur la coquille.

- 0 : issus de l'agriculture biologique
- 1 : poules élevées en plein air
- 2 : élevées au sol (à l'intérieur, sans cages mais sans accès extérieur)
- 3 : élevées en cages

Privilégiez les œufs 0 ou 1 pour un meilleur respect du bien-être animal et souvent une meilleure qualité nutritionnelle.

LUNDI
12/10/2026

MARDI
13/10/2026

MERCREDI
14/10/2026

JEUDI
15/10/2026

VENDREDI
16/10/2026

M
E
N
U

Œuf dur  mayonnaise

Tortelloni 3 couleurs au fromage

Yaourt nature sucre 

Poire

Velouté légumes variés 

Saumon  sauce oseille

Purée de pdt

Orange

Chou blanc 

Croustillant cheddar

Haricots verts persillés 

Petit suisse fruits 

Eclair au chocolat

Salade piémontaise
(végétarienne)

Jambon de dinde 

Röstis de légumes

Rondelé 

Pomme  

**REPAS
MEXICAIN**

GOUTER

Moelleux amande et yaourt
aromatisé 

Pain au chocolat et yaourt à
boire 

Pain viennois nature, pâte à
tartiner et Banane 

Cookies pépites choco et
compote 

Briochette pépites chocolat et
briquette lait nature 



LE SAVIEZ-VOUS ?

Le 9 octobre c'était la journée mondiale de l'œuf. L'œuf est un aliment clé d'une alimentation équilibrée : c'est la protéine animale la moins chère du marché. Deux œufs équivalent à un steak de 100 g.

Le blanc d'œuf est constitué à 90 % d'eau et ne contient ni graisses ni cholestérol. Le jaune d'œuf, souvent critiqué pour son cholestérol, est pourtant la partie la plus riche en protéines, vitamines et minéraux essentiels. Consommer uniquement le blanc, c'est passer à côté de nombreux nutriments !

Pour bien choisir vos œufs, regardez le premier chiffre inscrit sur la coquille.

- 0 : issus de l'agriculture biologique
- 1 : poules élevées en plein air
- 2 : élevées au sol (à l'intérieur, sans cages mais sans accès extérieur)
- 3 : élevées en cages

Privilégiez les œufs 0 ou 1 pour un meilleur respect du bien-être animal et souvent une meilleure qualité nutritionnelle.

LUNDI
12/10/2026

MARDI
13/10/2026

MERCREDI
14/10/2026

JEUDI
15/10/2026

VENDREDI
16/10/2026

M
E
N
U

Œuf dur  mayonnaise

Tortelloni 3 couleurs au fromage

Yaourt nature sucre 

Poire

Velouté légumes variés 

Saumon  sauce oseille

Purée de pdt

Orange

Chou blanc 

Croustillant cheddar

Haricots verts persillés 

Petit suisse fruits 

Eclair au chocolat

Salade piémontaise
(végétarienne)

Jambon de dinde 

Röstis de légumes

Rondelé 

Pomme  

REPAS
MEXICAIN

GOUTER

Pain viennois nature, pâte à
tartiner et Banane 



LE SAVIEZ-VOUS ?

Le 9 octobre c'était la journée mondiale de l'œuf. L'œuf est un aliment clé d'une alimentation équilibrée : c'est la protéine animale la moins chère du marché.

Deux œufs équivalent à un steak de 100 g.

Le blanc d'œuf est constitué à 90 % d'eau et ne contient ni graisses ni cholestérol. Le jaune d'œuf, souvent critiqué pour son cholestérol, est pourtant la partie la plus riche en protéines, vitamines et minéraux essentiels. Consommer uniquement le blanc, c'est passer à côté de nombreux nutriments !

Pour bien choisir vos œufs, regardez le premier chiffre inscrit sur la coquille.

- 0 : issus de l'agriculture biologique
- 1 : poules élevées en plein air
- 2 : élevées au sol (à l'intérieur, sans cages mais sans accès extérieur)
- 3 : élevées en cages

Privilégiez les œufs 0 ou 1 pour un meilleur respect du bien-être animal et souvent une meilleure qualité nutritionnelle.

LUNDI
12/10/2026

MARDI
13/10/2026

MERCREDI
14/10/2026

JEUDI
15/10/2026

VENDREDI
16/10/2026

M
E
N
U

Œuf dur  mayonnaise

Tortellini 3 couleurs au fromage

Yaourt nature sucré 
ou
Fromage blanc , sucre

Poire ou Banane 

Velouté légumes variés 

Saumon  sauce oseille

Purée de pdt

Orange ou Poire

Chou blanc 

Croustillant cheddar

Haricots verts persillé 

Petit suisse aux fruits 
ou

Yaourt aromatisé 

Eclair au chocolat

Salade piémontaise
(végétarienne) ou Riz niçois 

Jambon de dinde 

Röstis de légumes

Rondelé 
ou

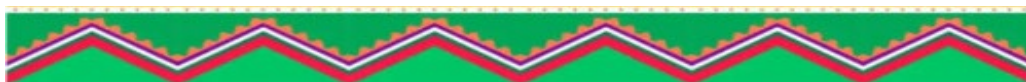
Vache qui rit 

Pomme  ou Kiwi 

**REPAS
MEXICAIN**

GOUTER

Pain viennois nature, pâte à
tartiner et Banane 



MENU A THEME MEXICAIN



Salade mexicaine

(haricots rouges, maïs, concombre et tomate)

Ragoût de bœuf



Frites de patate douce

Cheddar rappé

Ananas

*Bon
Appétit!*

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

