



LE SAVIEZ-VOUS ?

Le 25 octobre c'était la journée mondiale des pâtes ! Les **pâtes** font partie de la famille des **féculents** tout comme le riz, les pommes de terre, le blé... Elles sont **peu caloriques** mais les pâtes permettent au corps de gagner en énergie. Elles sont **riches en magnésium** et en **vitamine du groupe B**. **Consommer des pâtes ne représente aucun problème, c'est le fait d'en manger tous les jours ou avec excès, qui devient mauvais pour la santé à long terme.**

Pensez à **varier la consommation de féculents** et à en **incorporer aux céréales complètes**. Faire des **pâtes maison c'est possible !**
Il faut : de la **farine et des œufs**. Versez la farine dans un récipient, puis former un puits au centre pour y ajouter les œufs. Mélanger et pétrir la pâte avec vos mains jusqu'à obtenir une pâte homogène. Il ne restera plus qu'à étendre la pâte au rouleau à pâtisserie et faites la forme que vous voulez.

LUNDI
26/10/2026

MARDI
27/10/2026

MERCREDI
28/10/2026

JEUDI
29/10/2026

VENDREDI 30/10/2026
HALLOWEEN

M
E
N
U

Velouté butternut et
potimarron 

Spaghettis 
aux deux poissons 

Emmental râpé 

Orange

Chou blanc  mimolette
Emincé végétarien sauce
normande

Boulgour 

Vache qui rit 

Pomme

Céleri rémoulade 

Sauté de veau 
sauce marengo

Gratin de chou-fleur 
et butternut
à la vache qui rit

Beignet halloween chocolat

Œuf dur mayonnaise

Cordon bleu 

Purée pdt et potiron 

Mimolette 

Danette chocolat pop billes

Salade de torsades 

Filet de hocky  sauce
hollandaise

Trio de légumes verts 

Yaourt nature , sucre

Banane 

GOUTER

Moelleux amande, yaourt
aromatisé 

Pain au chocolat,
yaourt à boire

Pain viennois nature, pâte à
tartiner, banane 

Cookies pépites choco,
compote 

Briochette pépites chocolat,
briquette lait nature



LE SAVIEZ-VOUS ?

Le 25 octobre c'était la journée mondiale des pâtes ! Les **pâtes** font partie de la famille des **féculents** tout comme le riz, les pommes de terre, le blé... Elles sont **peu caloriques** mais les pâtes permettent au corps de gagner en énergie. Elles sont **riches en magnésium** et en **vitamine du groupe B**. **Consommer des pâtes ne représente aucun problème, c'est le fait d'en manger tous les jours ou avec excès, qui devient mauvais pour la santé à long terme.**

Pensez à **varier la consommation de féculents** et à en **incorporer aux céréales complètes**. Faire des **pâtes maison c'est possible !** Il faut : de la **farine et des œufs**. Versez la farine dans un récipient, puis former un puits au centre pour y ajouter les œufs. Mélanger et pétrir la pâte avec vos mains jusqu'à obtenir une pâte homogène. Il ne restera plus qu'à étendre la pâte au rouleau à pâtisserie et faites la forme que vous voulez.

LUNDI
26/10/2026

MARDI
27/10/2026

MERCREDI
28/10/2026

JEUDI
29/10/2026



VENDREDI
30/10/2026

HALLOWEEN

M
E
N
U

Velouté butternut et
potimarron 

Spaghettis 
aux deux poissons 

Emmental râpé 

Orange

Chou blanc  mimolette
Emincé végétarien sauce
normande

Boulgour 

Vache qui rit 

Pomme

Céleri rémoulade 

Sauté de veau 
sauce marengo

Gratin de chou-fleur 
et butternut
à la vache qui rit

Beignet halloween chocolat

Œuf dur mayonnaise

Cordon bleu 

Purée pdt et potiron 

Mimolette 

Danette chocolat pop billes

Buffet grec

GOUTER

Moelleux amande, yaourt
aromatisé 

Pain au chocolat,
yaourt à boire

Pain viennois nature, pâte à
tartiner, banane 

Cookies pépites choco,
compote 

Briochette pépites chocolat,
briquette lait nature