



Menu du *déjeuner*

PRÉSCOLAIRE

DU 31 AOÛT AU 4 SEPTEMBRE 2026



● SOUPE ● PLAT

● LÉGUMES ● DESSERT

KCAL · LIP LIPIDES · SAT SATURÉS · SUC SUCRES · SEL SEL (G/100G)

Déclaration nutritionnelle pour 100 g / 100 ml. Fruits sujets à modification. Allergènes : renseignez-vous auprès de notre équipe. Le risque de contamination croisée ne peut être exclu. Buffet salades : laitue, tomate, carotte, concombre, chou rouge, betterave, poivrons, haricots cornille, haricots noirs, lentilles, pois chiches, couscous, quinoa, pâtes, riz, salades composées, etc. La préparation est simple, sans ajout de sauces ni d'assaisonnements forts ; le plat végétarien n'est pas proposé aux élèves. Yaourt disponible une fois par semaine.

LUNDI 31.08 RENTRÉE	MARDI 01.09	MERCREDI 02.09	JEUDI 03.09	VENDREDI 04.09
Sans repas ce jour	Sans repas ce jour	Sans repas ce jour	● SOUPE Velouté de poireau 65,4 KCAL · 1,4 LIP · 0,2 SAT · 2 SUC · 0 SEL ● PLAT Colin (émietté) mijoté à la carotte, riz de maïs 133,5 KCAL · 3,5 LIP · 0,4 SAT · 0,9 SUC · 0,2 SEL ● SALADE OU LÉGUMES CUIITS Carotte râpée 19 KCAL · 0,3 LIP · 0,2 SAT · 3,5 SUC · 0 SEL ● DESSERT Fruit de saison / Yaourt 57 93 KCAL · 0 0 LIP · 0 0 SAT · 13 22 SUC · 0 0 SEL	● SOUPE Velouté de brocolis 60,7 KCAL · 1,3 LIP · 0,2 SAT · 1,7 SUC · 0,1 SEL ● PLAT Poulet en lanières sauté, pommes de terre en cubes au four, persil 154,6 KCAL · 6,9 LIP · 1 SAT · 3,6 SUC · 0,2 SEL ● SALADE OU LÉGUMES CUIITS Haricots verts 26,7 KCAL · 0,8 LIP · 0,1 SAT · 1,2 SUC · 0,4 SEL ● DESSERT Fruit de saison / Fruits en tranches 57 KCAL · 0 LIP · 0 SAT · 13 SUC · 0 SEL
			EUREST · RESTAURATION SCOLAIRE LFIP 21 RUA GIL EANES — 4150-348 PORTO 2026	