

RESTAURANT SCOLAIRE

Menu Octobre

2024



LE MOT DU NUTRITIONNISTE

Comment rassasier les enfants en gardant des repas équilibrés à la cantine?

2/2

LES FECULENTS



A LA RECHERCHE DU FÉCULENT!

Particulièrement intéressants pour leur pouvoir de satiété, les féculents, sont présents dans chaque menu proposé par la cantine scolaire.

AMUSEZ-VOUS A LES TROUVER DANS LES MENUS:

Hors d'œuvre	Plat principal (protidique)	Plat d'accompagnement (glucidique)	Fromage ou laitage	Dessert
Crudités	Oui	Féculents	Oui	Fruits cuits ou autre dessert
Légumes frais cuits	Oui	Féculents	Oui	Fruit cru
Crudités	Oui	Légumes cuits	Oui	Féculent
Féculents	Oui	Légumes cuits	Oui	Fruit cru

Comme vous pouvez le constater, même si le plat principal n'est pas accompagné d'un féculent, il est tout de même présent à chaque repas.

Au mois prochain!