

GOUTERS CANTINE

OCTOBRE 2025

Lundi 29 septembre	Mardi 30 septembre	Mercredi 01 octobre	Jeudi 02 octobre	Vendredi 03 octobre
Cornflakes Lait demi écrémé Fruit / eau	Pain gris Gouda Compotines de fruits sans sucre Eau	Piccolos blanc Olives vertes dénoyautées ou tomate / concombre (en saison) Huile d'olive Yaourt nature Fruit frais / eau	Pain multicéréales Chocolat à tartiner Lait / fruit / eau	Baguette fitness Brie fermier Fruit / eau
Lundi 06 octobre	Mardi 07 octobre	Mercredi 08 octobre	Jeudi 09 octobre	Vendredi 10 octobre
Pain bagnat Kiri nature Fruit / eau	Sandwich mou Confiture Lait / fruit / eau	Pain multicéréales Beurre Emmenthal Fruit / eau	Ciabatta Huile d'olive Lait / fruit / eau	Müesli aux fruits Lait / fruit / eau
Lundi 13 octobre	Mardi 14 octobre	Mercredi 15 octobre	Jeudi 16 octobre	Vendredi 17 octobre
Pistolet Filet de poulet nature Lait / fruit / eau	Baguette Miel Lait / fruit / eau	Pain fitness Philadelphia Fruit / eau	Riz soufflé Yaourt nature Fruit / eau	Bagnat Cheddar Fruit / eau
Lundi 20 octobre	Mardi 21 octobre	Mercredi 22 octobre	Jeudi 23 octobre	Vendredi 24 octobre
Pain blanc Confiture Lait / fruit / eau	Grissini Tapenade de légumes Yaourt fraise à boire Fruit / eau	Baguette grise Beurre de cacahuètes Fromage blanc Fruit / eau	Ciabatta Mozzarella / tomate Fruit / eau	Sandwich mou Beurre Milkshake banane Fruit / eau

Laitage : yaourt ou fromage blanc entier

Lait : lait demi-écrémé

Pain : Tartine, pistolet, sandwich, brioche, cramiqne frais de chez notre boulanger, baguette, pain empereur, mini ciabatta, piccolo sont des produits précuits et terminés en cuisine