



|          | Lundi 29 septembre                         | Mardi 30 septembre             | Jeudi 02 octobre            | Vendredi 03 octobre                            |
|----------|--------------------------------------------|--------------------------------|-----------------------------|------------------------------------------------|
| Entrées  | Feuilleté au fromage                       | Salade verte et dés de tomates | Melon ou pastèque           | Houmous de betteraves avec des tortillas chips |
| Plats    | Calamars à la romaine                      | Lasagnes de légumes            | Saucisse de veau            | Dos de saumon                                  |
| Légumes  | Purée de butternut / carottes bio au curry |                                | Poêlée de légumes           | Semoule bio aux raisins secs                   |
| Fromages | Gouda                                      | Cantal                         | Tome de Rilhac              | La cabrette bio                                |
| Desserts | Bananes                                    | Pomme au four                  | Muffin à la pâte à tartiner | Panna cotta au coulis de fruits                |

Menu jaune

Toutes nos viandes (bœuf, porc, volailles, agneau), poissons, laitages, sont d'origine Française (et/ou) d'origine Nouvelle Aquitaine.  
 Nous travaillons avec des producteurs locaux (Lot-et-Garonne, Lot, Charente, Haute-Vienne, Corrèze, Creuse, Dordogne, Tarn-et-Garonne...) qui sont dans une démarche éco-responsable, afin d'obtenir des fruits et légumes issus d'une agriculture raisonnée.  
 Nous proposons aux enfants un fruit tous les jeudis matin pour leur goûter, afin de leur apprendre la saisonnalité et les bienfaits de consommer des fruits.  
 Nous travaillons avec des labels, afin de proposer aux enfants des produits de qualité et qui respectent l'environnement.



La loi EGALIM nous permet de proposer un menu végétarien par semaine qui est signalé dans nos menus avec la couleur **verte**.  
 Afin de sensibiliser les enfants sur une autre approche, manger diversifié et de découvrir l'association des céréales. Les menus végétariens permettent une découverte de certains produits et d'apprendre à faire du bien à son corps.  
 Nos menus sont élaborés par les cuisiniers des restaurants scolaires de Panazol en respectant le plan alimentaire du PNNS (Plan National Nutrition Santé), puis il sont validés par une diététicienne indépendante afin de répondre aux recommandations du GEMRCN (Groupe d'Etude des Marchés de Restauration Collective et Nutrition). Des menus à thèmes sont également proposés par nos équipes.  
 Nous avons la chance de travailler avec les boulangeries de Panazol (Pan a Gato, Chez Sylvain), qui proposent du pain de qualité.  
 Comme chaque année, les restaurants scolaires vous proposent de faire **un pique-nique de fin d'année le vendredi 03 juillet 2026** au parc de la Beausserie, accompagné par vos animateurs pour un temps de partage et de jeux.

Si vous souhaitez plus de renseignements envoyez-nous un mail à cette adresse [restaurant.scolaire@mairie-panazol.fr](mailto:restaurant.scolaire@mairie-panazol.fr)  
 Nous vous répondrons avec plaisir.

**La prochaine commission menus se déroulera le mardi 30 septembre 2025 à 18h00 au Restaurant Scolaire place de la République.**