



### Composition du panier repas pour les enfants :

- Un plat froid équilibré (sandwich/taboulé/salade de riz/salade composée...)
- Un laitage
- Une compote
- Un fruit ou plusieurs fruits (laver au préalable, et peuvent être découpés)

### Interdiction



- Pas de sauces (ketchup, mayonnaise, moutarde)
- Pas de boisson gazeuse sucrée

### Stockage et transport



- Stockage du panier repas au frais (entre 0°C et 3°C) dans une boîte hermétique
- Garder au frais jusqu'au dernier moment
- Transport dans une glacière ou un sac isotherme. Ne pas mettre dans le coffre.

### Etiquetage des paniers repas



- Identifier le panier repas avec le nom, prénom et la classe de l'enfant

## Idées de plats froids

<b>Sandwich/ wrap</b>	Sandwich salade-tomate-jambon Le jambon-beurre sandwich charcuterie-fromage Pain roulé à la tomate
<b>Cakes salés et autres compositions salées</b>	Cakes au brocoli et fromage de chèvre Moelleux à la courgette Cake jambon vache qui rit au micro-onde Cake au fenouil, graines de pavot
<b>Tartelettes salées</b> <b>(le format tartelette est à privilégier</b> <b>pour une meilleure tenue)</b> <b>à conserver au frais.</b>	Tarte Courgette-chèvre-miel Tomate-herbes de Provence Quiche au poireau Quiche lorraine Quiche au thon Tarte au brocoli
<b>Salades composées</b>	riz-thon-tomate pommes de terre-knack-cornichon pommes de terre-hareng-salade pâtes-jambon-tomate-maïs pâtes-tomate-féta-olives Salade de riz Salade de pâte Taboulé