



Semaine 38

Lundi
Repas biologique

Mardi
Repas végétarien

Mercredi

Jeudi

Vendredi

Les groupes d'aliments

- Entrée
- Plat principal
- Légume Féculent
- Produit laitier
- Dessert

Persillade de pommes de terre bio

Colombo de volaille bio

Carottes sautées bio

Chanteneige bio

Suisse aux fruits bio

Œufs durs mayonnaise

Pizza au fromage

Salade verte

Yaourt sucré

Fruit

Radis beurre

Steak de veau à la crème

Jardinière de légumes

Fromage blanc aromatisé

Muffin nature aux pépites de chocolat

Salade de tomates

Chipolatas*

Petits pois

Tomme blanche

Fruit

Melon jaune

Hoki à la provençale

Torsettes

Pointe de brie

Compote de fruits

- Fruits et légumes
- Viandes, poissons œufs
- Céréales, légumes secs
- Matières grasses cachées
- Produits laitiers
- Produits sucrés

Repas sans viande :

Lundi : Poisson Colombo
Mercredi : Nuggets de poisson
Jeudi : Omelette

Repas sans porc :

Présence de porc signalée par *

Jeudi : Saucisses de volaille

« Charlotte, la carotte » t'informe :



La carotte est le deuxième légume le plus consommé en France. Sais-tu pourquoi dit-on que la carotte rend aimable ? Car autrefois, on s'en servait pour faire avancer les ânes. C'est la friandise favorite de cet animal extrêmement têtu qui peut le rendre, soudainement, obéissant et...aimable. Mais la carotte possède bien d'autres vertus et nous en fait voir de toutes les couleurs ! Blanche, violette, jaune, rouge... la carotte n'a pas toujours été orange, et les goûts changent selon les couleurs. Plus la couleur de la carotte est foncée, plus ses propriétés nutritives sont intéressantes.



Choix de la semaine

Entrée : Pomelo
Légume : Purée de brocolis

Choix du vendredi
Poisson pané

"Bio" : Issu de l'Agriculture biologique

Origine de nos viandes bovines
- Boeuf : France

