



Semaine 46

Lundi

Mardi

Mercredi

 **Jeudi**
Repas biologique

 **Vendredi**
Repas végétarien

Les groupes d'aliments

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

Salade de blé provençal

Cordon bleu

 **Epinards à la crème**

Camembert

Compote de fruits

Trio de crudités 

Filet de poisson à la fondue de poireaux

 **Purée de carottes**

Yaourt aromatisé

Brownie

Salade verte iceberg

Chipolatas* + ketchup

Farfalles

Fromage fouetté Mme Loïk

 **Fruit**

 **Betteraves bio vinaigrette**

Poulet bio lemonato

Semoule bio

Emmental bio

 **Fruit bio**

Mélange coleslaw 

Dahl de lentilles

Riz

Gouda

 **Fruit**

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



« Roberto, le poireau », t'informe :

Mardi du poisson à la fondue de poireaux, un des légumes phare de l'hiver !

Résistant, il est utilisé dans de nombreux plats grâce à son parfum si particulier et à sa saveur aillée.

C'est un légume très populaire chez les Egyptiens et les Romains.

Déjà cultivé dans l'Egypte ancienne, le pharaon Keops en offrait à ses meilleurs guerriers comme symbole de victoire.

Très apprécié chez les romain, l'Empereur Néron, en consommait en grande quantité pour adoucir ses cordes vocales.



Repas sans viande :

Lundi : Poisson pané
Mercredi : Saumon sauce tomate
Jeudi : Colin lemonato

Repas sans porc :

Présence de porc signalée par *

Mercredi : Saucisses de volaille

Choix de la semaine

Entrée : **Potage de légumes**
Légume : **Haricots verts**

Choix du mardi
Poisson pané

 "Bio" : Issu de l'Agriculture biologique

Origine de nos viandes bovines
- Boeuf : France

