

Semaine 47

Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi
Repas biologique

Vendredi
Repas végétarien

Les groupes d'aliments

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

Salade de blé provençale

Cordon bleu

Epinards à la crème

Coulommiers

Compote de fruits

Trio de crudités

Filet de poisson à la fondue de poireaux

Purée de carottes

Yaourt sucré

Brownie

Salade verte iceberg

Chipolatas*

Farfalles

Carré frais

Fruit

Betteraves bio vinaigrette

Emincé de volaille bio lemonato

Semoule bio

Emmental bio

Fruit bio

Mélange coleslaw

Dahl de lentilles

Riz

Petit moulé nature

Fruit

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



Repas sans viande :
Lundi : Poisson pané
Mercredi : Saumon à la tomate
Jeudi : Colin lemonato




Repas sans porc :
Présence de porc signalée par *

Mercredi : Saucisses de volaille

« 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.

Choix de la semaine
Entrée : Potage de légumes
Légume : Choux de Bruxelles

Choix du mardi
Poisson pané

Origine de nos viandes bovines
- Boeuf : France

"Bio" : Issu de l'Agriculture biologique

