

Semaine 40

Lundi

Mardi

Mercredi

 **Jeudi**
Repas bio végétarien


Vendredi

Les groupes d'aliments

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


Salade de riz au thon

Cordon bleu

 **Brocolis à la crème**

Yaourt aromatisé


Quatre-quart

 **Radis beurre**

Paupiette de veau sauce tomate basilic

Pommes de terre de légumes rostiés

Pointe de brie

 **Fruit**

Friand au fromage

Pilon de poulet

 **Purée de potiron**

Mimolette


Mousse au chocolat

 **Mélange coleslaw bio**

Couscous de légumes bio et pois chiches bio



Edam bio

 **Fruit bio**

Salade de tomates

Filet de poisson à la normande

Farfalles

Yaourt sucré

 **Fruit**

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

Repas sans viande :
Lundi : Poisson pané
Mardi : Hoki sauce tomate basilic
Mercredi : Omelette

Repas sans porc :
Présence de porc signalée par *



« Martine, la marmite bouillonnante » t'invite :

Jeudi, un petit vent venu d'Orient souffle sur ton assiette,

Souvenir de vacances peut-être ? ...

Le couscous est un plat typique du Maghreb qui se prépare dans un couscoussier.

C'est dans cette marmite que sont cuits les légumes.


La vapeur dégagée monte dans le couscoussier pour cuire la semoule.

Miam !



Choix de la semaine
Entrée : Céleri rémoulade
Légume : Carottes sautées

Choix du vendredi
Poisson pané

 "Bio" : Issu de l'Agriculture biologique

Origine de nos viandes bovines
- Boeuf : France

