



Compte-tenu du contexte actuel difficile en termes d'approvisionnements en produits alimentaires, les menus sont exceptionnellement à titre indicatif

Semaine 46

Lundi



Mardi

Repas biologique

Mercredi



Jeudi

Repas végétarien

Vendredi

Les groupes d'aliments

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

Riz Arlequin

Filet de poulet au paprika

Petits pois

Emmental

Fruit

Carottes râpées bio vinaigrette

Boulettes de bœuf bio au jus

Blé bio à la provençale

Gouda bio

Purée de fruits bio

Friand au fromage

Rôti de dinde sauce au miel

Rosti aux légumes

Carré Liqueil

Compote de fruits

Salade iceberg

Lasagnes de légumes pesto grana padano

Yaourt aromatisé

Fruit

Salade de betteraves à la ciboulette

Brandade de poisson

Petit moulé aux noix

Muffin

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

Repas sans viande :

Lundi : Colin au paprika
Mardi : Papillote de poisson
Mercredi : Hoki sauce au miel

Présence de porc signalée par *



« Juliette, la salade verte », t'informe :

Jeudi, de la salade iceberg au menu !
C'est grâce aux Grecs et aux Romains que la salade va devenir un aliment essentiel de notre alimentation.

Elle aurait été introduite en France en 1389.

Laitue, scarole, batavia, roquette, mâche, feuille de chêne, chicorée...

il existe plus de 500 variétés rien qu'en France !

La salade est très riche en vitamines et en eau.

Connais-tu ce dicton ?

"Qui mange salade, n'est jamais malade" !



Choix de la semaine

Entrée : Potage de légumes
Légume : Brocolis sautés

"Bio" : Issu de l'Agriculture biologique

Origine de nos viandes bovines
- Bœuf : France

