

Les groupes d'aliments



Semaine 46

**Lundi**



**Mardi**

Repas bio végétarien

**Mercredi**

**Jeudi**

**Vendredi**

**FERIE**

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

Carottes rapées bio



Raviolis tex-mex bio



Gouda bio



Flan vanille nappé caramel bio



Salade de pois chiches vinaigrette

Filet de colin sauce aurore

Haricots verts persillés

Fromage paysan breton

Fruit



Friand au fromage

Cordon bleu

Chou-fleur béchamel

Yaourt sucré

Fruit



Salade harmonie

Jambon blanc\*

Purée de pommes de terre

Pont l'Evêque (coupe)



Purée de fruits du chef



Repas de substitution :

- Jeudi : Cubes de colin pané
- Vendredi : Omelette

Repas sans porc :

- Vendredi : Jambon de poulet

Présence de porc signalée par \*

Légende

- Produit issu de l'agriculture biologique
- Produit de saison
- Produit local
- Dessert du chef



« Pernille » la lentille, t'informe :

Humm, mardi des raviolis tex-mex !

Ces raviolis sont farcies aux lentilles et aux légumes. Chaque semaine, ton menu est composé d'un repas végétarien.

Le plat végétarien se compose la plupart du temps d'un légume sec riche en protéines (les lentilles par exemple), associé à une céréale (le blé de la pâte des raviolis).

Cette association constitue une bonne alternative à la viande et au poisson !



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

Tous nos plats sont susceptibles de contenir les 14 allergènes suivants : céréales contenant du gluten (seigle, blé, orge, avoine, épeautre, kamut), crustacés, oeufs, poissons, arachides, soja, lait, fruits à coque, céleri, moutarde, sésame, anhydride sulfureux et sulfites, lupin et mollusques. Selon l'article R.112-14 du décret du 17 avril 2015, la cuisine centrale met à disposition un repas sans les 14 allergènes réglementaires, qui s'intègre dans le dispositif déployé par votre établissement.