



Semaine 40

Lundi

Mardi

Mercredi



Jeudi

Repas végétarien

Vendredi

Les groupes
d'aliments

Entrée

Plat principal

Légume Féculent

Produit laitier

Dessert

Salade de pois chiches

Poisson poêlé au beurre

Courgettes à la crème

Pointe de brie

Flan caramel

Salade de tomates

Rôti de dinde au jus

Pommes noisettes

Vache Picon

Fruit

Carottes râpées

Steak de veau à l'ancienne

Petits pois

Yaourt sucré

Eclair à la vanille

Salade verte iceberg

Chili de légumes

Riz

Suisse aux fruits

Cookie tout chocolat

Céleri rémoulade

Poulet Basquaise

Semoule

Petit Louis

Raisins



Repas sans viande :

Mardi : Poisson pané
Mercredi : Colin à l'ancienne
Vendredi : Saumon à la basquaise

Présence de porc signalée par *

« Agathe, la tomate » t'informe :

La tomate colore les étals de nos marchés tout au long de l'année.

Sais-tu qu'il se cultive 3 millions d'hectares de tomates dans le monde ? Très simple à consommer, on l'utilise dans de nombreuses préparations aussi bien crue que cuite.

On trouve des milliers de variétés de tomates dans le monde : ronde, noire de Crimée, cœur de Bœuf, ananas, cocktail, cerise, green zebra...

Toutes se distinguent par leur forme, leur couleur, leur texture et leur goût.

Grâce à sa richesse en vitamines et minéraux, la tomate est très bonne pour la santé !



Choix de la semaine

Entrée : **Pomelo**
Légume : **Purée de potiron**

Origine de nos viandes bovines
- Bœuf : France

