



Semaine 42

Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi



Vendredi

Repas végétarien

Les groupes d'aliments

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

Salade de pommes de terre

Escalope viennoise

Carottes braisées (Produits de saison)

Samos

Fran chocolat

Quiche lorraine*

Filet de colin à la crème d'aneth

Purée de brocolis (Produits de saison)

Chanteneige

Fruit (Produits de saison)

Radis beurre

Poulet à la toscane

Duo de boulgour et courgettes

Fromage fouetté Mme Loïk

Raisins (Produits de saison)

Salade verte iceberg (Produits de saison)

Bœuf Mironton (Produit de saison)

Torsettes

Pointe de brie

Fruit (Produits de saison)

Salade de tomates

Lentilles à l'indienne

Riz

Cantal

Fruit (Produits de saison)

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



Repas sans viande :

Lundi : Beignets de calamar
Mardi : Oeufs durs
Mercredi : Quenelles à la toscane
Jeudi : Filet de hoki à la provençale

Repas sans porc :

Présence de porc signalée par *

Mardi : Tarte au fromage

« Charlotte, le carotte » t'informe :

La carotte est le deuxième légume le plus consommé en France. Sais-tu pourquoi dit-on que la carotte rend aimable ? Car autrefois, on s'en servait pour faire avancer les ânes. C'est la friandise favorite de cet animal extrêmement têtu qui peut le rendre, soudainement, obéissant et...aimable.

Mais la carotte possède bien d'autres vertus et nous en fait voir de toutes les couleurs !

Blanche, violette, jaune, rouge...

la carotte n'a pas toujours été orange, et les goûts changent selon les couleurs.

Plus la couleur de la carotte est foncée, plus ses propriétés nutritives sont intéressantes.



Choix de la semaine

Entrée : **Macédoine de légumes**
Légume : **Haricots verts**

Choix du mardi

Poisson pané

Origine de nos viandes bovines

- Bœuf : France

