

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

Semaine 20



Lundi
Repas végétarien

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

- Salade Waldorf
- Parmentier aux lentilles
- Gouda
- Compote de fruits



Mardi
Repas biologique

- Macédoine de légumes bio
- Merguez bio Lozère viande
- Blé bio
- Camembert bio à la coupe
- Fruit bio

Mercredi

- Tarte thon tomate
- Sauté de dinde aux pruneaux
- Poêlée du marché
- Fromage blanc aromatisé
- Eclair au chocolat



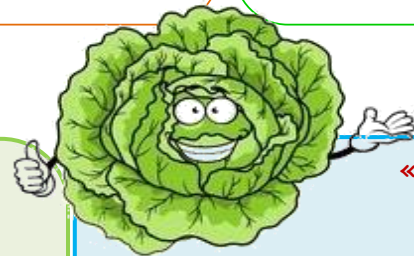
Jeudi
Repas biologique

- Salade verte bio
- Boulettes de bœuf bio sauce tex-mex
- Purée Crécy bio
- Chanteneige bio
- Madeleine aux pépites de chocolat bio

Vendredi

- Cervelas*
- Filet de hoki sauce Aurore
- Torsades aux petits légumes
- Suisse aux fruits
- Fruit

Les groupes d'aliments



Repas sans viande :

- Mardi : Poisson sauce tomate
- Mercredi : Bâtonnets de colin d'Alaska
- Jeudi : Colin sauce tex-mex
- Vendredi : Oeufs durs mayonnaise

Repas sans porc :

- Présence de porc signalée par *
- Vendredi : Galantine de volaille

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

Jeudi, de la salade verte bio 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 : Salade de concombres
- Légume : Courgettes sautées

"Bio" : Issu de l'Agriculture biologique

Origine de nos viandes bovines
- Boeuf : France

