

Semaine 39



Lundi

Repas végétarien

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

Salade de blé tex mex

Escalope végétale

Epinards à la béchamel

Suisse aux fruits



Mardi

Repas biologique

Salade verte bio

Hachis Parmentier bio de bœuf bio

Camembert bio

Fruit bio

Mercredi

Macédoine de légumes à la mayonnaise

Mignonettes d'agneau miel et abricots

Coquillettes

Cantal

Fruit



Jeudi

Repas biologique

Carottes râpées bio

Sauté de porc bio

Riz bio aux petits légumes

Gouda bio

Compote de fruits bio

Vendredi

Taboulé

Gratin de poisson aux fruits de mer

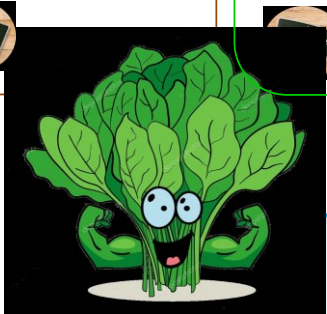
Haricots verts

Bûche au lait mélangé (chèvre, vache)

Crème dessert vanille

Les groupes d'aliments

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



« Gaspard, l'épinard » t'informe :

Lundi, tu manges les épinards de Popeye !!!
 Regarde sur la photo comme les feuilles d'épinards sont bien vertes, elles poussent à même le sol.
 Le chef sait que tu n'en manges pas beaucoup...
 Mais ne t'inquiète pas, tant qu'ils sont bien verts, ils sont riches en fibres, vitamines et minéraux.
 Alors, je compte sur toi pour tout manger...



Choix de la semaine
 Entrée : Betteraves ciboulette
 Légume : Poêlée de légumes

"Bio" : Issu de l'Agriculture biologique

Origine de nos viandes bovines
 - Boeuf : France

