



Semaine 49



Lundi

Repas végétarien

Mardi

Mercredi



Jeudi
Repas biologique



Vendredi
Repas biologique

Les groupes d'aliments

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

Taboulé

Escalope panée végétale

Petits pois

Camembert

Fruit

Radis beurre

Cassiolette de la mer aux pommes de terre

Bûche au lait de mélange (chèvre, vache)

Compote de fruits

Friand au fromage

Jambon blanc*

Purée de potiron

Fromage blanc sucré

Tarte flan

Salade verte bio

Mignonettes de bœuf bio à la camarguaise

Riz bio

Chanteneige bio

Fruit bio

Salade de blé bio

Emincé de volaille bio à la forestière

Haricots verts bio

Gouda bio

Fruit bio

-
-
-
-
-
-



« François, le petit pois » t'informe :

Le petit pois, aussi appelé pois potager, est l'un des plus vieux légumes cultivés en Europe et en Asie. Vert et croquant, il a un goût légèrement sucré, pourtant on ne le mange quasiment que dans des préparations salées. Connu cuit dans les plats traditionnels, le petit pois se déguste aussi cru comme une gourmandise.

Il existe deux variétés : à écosser et mange-tout.

Le petit pois est concentré en fibres, en protéines et en vitamines B.

Ses qualités nutritionnelles en font un aliment de plaisir et de bien-être.



Choix de la semaine
Créée : Potage de légumes
Légume : Poêlée de légumes

Origine de nos viandes bovines
- Bœuf : France

"Bio" : Issu de l'Agriculture biologique

