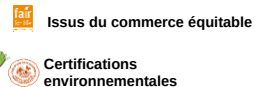
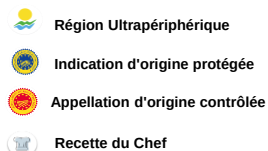
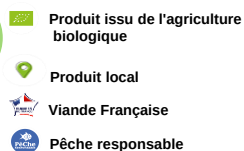




S49	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi Repas bio végétarien	Vendredi
Entrée 	Salade de blé au basilic	Carottes râpées bio vinaigrette		Salade verte bio	Pizza au fromage
Plat Principal 	Steak de veau sauce forestière	Knack de volaille		Tortellini bio ricotta épinards	Poissonnette panée et citron
Légume/Féculent 	Brocolis	Lentilles		Yaourt aux fruits bio	Haricots verts persillés
Produit laitier 	Yaourt nature sucré	Coulommiers (coupe)		Madeleine bio	Yaourt myrtille
Dessert 	Fruit	Liégeois au chocolat		Fruit	

Légende



* Présence de porc

Repas sans viande :

- Lundi : Palet pois blé
- Mardi : Cari de lentilles au potiron

Choix de la semaine :

- Entrée : Potage de légumes
- Légumes : Epinards à la crème



La carotte est le deuxième légume le plus consommé en France. Elle possède de nombreuses vertus. Elle est source de vitamines qui favorisent la bonne santé de nos muscles et de notre peau. Il en existe plusieurs variétés : blanche, violette, jaune ou orange, les goûts changent selon les couleurs. Plus la couleur de la carotte est foncée, plus ses propriétés nutritives sont intéressantes.



Les groupes alimentaires

