

Semaine 03

Lundi



Mardi

Repas biologique

Mercredi



Jeudi

Repas végétarien

Vendredi

Les groupes d'aliments

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

Betteraves vinaigrette

Cordon bleu

Purée de potiron

Samos

Fruit

Taboulé bio

Steak de bœuf bio sauce barbecue

Haricots verts bio persillés

Edam bio

Fruit bio



Carottes râpées

Dahl de lentilles

Riz

Suisse aux fruits

Muffin nature aux pépites de chocolat

Salade verte iceberg

Thon à la Sicilienne

Pennes

Pont l'Evêque

Maestro vanille

- Fruits et légumes
- Viandes, poissons œufs
- Féculents
- Matière grasses
- Produits laitiers
- Produits sucrés

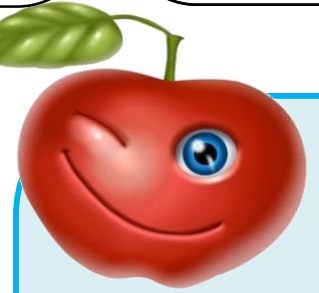
Repas de substitution :

- Lundi : Dos de colin d'Alaska pané
- Mardi : Boulettes de soja sauce barbecue

Présence de porc signalée par *

Légende :

- Produit issu de l'agriculture biologique
- Produit de saison
- Produit local
- Dessert du chef



« Pomeline, la pomme maline » te fait découvrir :

Pomme de reinette et pomme d'api, tapis tapis rouge,
Pomme de reinette et pomme d'api, tapis tapis gris...

Mardi, tu vas manger une pomme en dessert.

La pomme est le fruit le plus consommé en France.

Il en existe plus de 20 000 variétés !

Pleine de vitamines, de minéraux, et de fibres,



Choix de la semaine

Entrée : **Potage de légumes**

Légume : **Épinards à la crème**

