

Semaine 14



**Lundi**

Repas biologique

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

**Salade de lentilles bio**

**Steak haché de bœuf bio sauce barbecue**

**Gratin de chou-fleur bio**

**Petit-suisse aux fruits bio**

**Fruit bio**



**Mardi**

Repas végétarien

**Salade verte iceberg**

**Gnocchi à la Romaine**

**Camembert**

**Liégeois au chocolat**



**Mercredi**

**Melange coleslaw**

**Bolognaise de bœuf**

**Farfalles**

**Tomme blanche**

**Crème dessert vanille**

**Jeudi**

**Salade incas**

**Filet de poisson à la normande**

**Mélange 5 céréales**

**Emmental (coupe)**

**Compote de fruits**

**Vendredi**

Les groupes d'aliments

- 
- 
- 
- 
- 
- 

**Repas de substitution :**

- Lundi : Croc fromage
- Jeudi : Lasagne de saumon

Présence de porc signalée par \*

**Légende :**

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



**« Laurent, le chou-blanc » t'informe :**

Lundi, du chou-fleur !  
Le roi de France, Louis XV, raffolait de ce légume.



Le chou-fleur peut se déguster cru, en salade accompagné d'une sauce vinaigrette, ou de mayonnaise, mais également cuit, en gratin, en purée ou sous forme de beignets !



En France, et principalement en Bretagne, ce légume est cultivé toute l'année.

Sais-tu qu'il existe plusieurs variétés ?  
On en trouve des blancs, des verts, des oranges et même des violets !



**Choix de la semaine**

Entrée : **Potage de légumes**  
Légume : **Brocolis**

