

Semaine 49

Lundi

Mardi

Mercredi

 **Jeudi**
Repas bio végétarien


Vendredi

Les groupes d'aliments

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


Quiche lorraine*

Poisson meunière

 **Carottes sautées**

Samos


Compote de fruits


 **Betteraves vinaigrette**

Aiguillettes de poulet au miel

Ecrasé de pommes de terre

Emmental

 **Fruit**

 **Salade d'endives**

 **Steak de bœuf sauce barbecue**

Macaronis

Suisse aux fruits

Muffin aux pépites de chocolat

Salade verte bio

Chili de légumes bio

Riz bio

Brie bio

 **Fruit bio**

Salade de lentilles

Rôti de porc aux pruneaux*

 **Gratin de chou-fleur**

Chanteneige

Flan nappé caramel

- 
- 
- 
- 
- 
- 



Repas sans viande :

Lundi : Salade de pois chiches
Mardi : Quenelle sauce miel
Mercredi : Colin sauce barbecue
Vendredi : Merlu aux pruneaux

Repas sans porc :

Présence de porc signalée par *

Lundi : Salade de pois chiches
Vendredi : Rôti de dinde aux pruneaux

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

Vendredi, 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 : Haricots beurre

 "Bio" : Issu de l'Agriculture biologique

Origine de nos viandes bovines

- Bœuf : France

