



Semaine 20

Lundi

Mardi

Mercredi

BIO **Jeudi**
Repas biologique

Vendredi

Les groupes
d'aliments

	Entrée
	Plat principal
	Légume Féculent
	Produit laitier
	Dessert

Rosette*
Aiguillettes de poulet abricot et miel
Haricots beurre
Tartare aux fines herbes
Maestro à la vanille

Crêpe au fromage
Hoki à l'armoricaine
Purée de potiron
Bûche de chèvre
Glace

Friand au fromage
Jambon blanc*
Gratin de courgettes <small>Produit de saison</small>
Yaourt aromatisé
Tarte aux pommes

Salade verte
Pennes à la bolognaise
Edam
Compote de fruits

<small>Produit de saison</small> Carottes râpées
Steak haché de veau à la crème
Riz
Tome noire
Fraises <small>Produit de saison</small>

- Fruits et légumes
- Viandes, poissons œufs
- Céréales, légumes secs
- Matières grasses cachées
- Produits laitiers
- Produits sucrés



Repas sans viande :
Lundi : Oeufs durs mayonnaise
Colin miel et abricot
Mercredi : Omelette
Jeudi : Pennes
Poisson sauce tomate
Vendredi : Saumon à la crème

Repas sans porc :
Présence de porc
signalée par *

Lundi : Roulade de volaille
Mercredi : Jambon de poulet




« Thérèse, la fraise » t'informe :
Vendredi, des fraises !

Ce fruit, au goût bien sucré, provient d'un arbuste, le fraisier.

Très riche en vitamine C et en antioxydants, la fraise a de nombreux bienfaits sur ton corps.

Sais tu que, 1000 ans avant notre ère, les Romains les cultivaient déjà et en faisaient des masques de beauté ?

Hmmm !

Choix de la semaine
Entrée : **Concombres au fromage blanc**
Légume : **Petits pois**

Choix du mardi
Poisson pané

Origine de nos viandes bovines
- Boeuf : France
- Veau : France

