

Semaine 42

Lundi Repas biologique

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi Repas biologique

Les groupes d'aliments

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

Salade de pommes de terre bio

Emincé de volaille bio aux olives

Poêlée de légumes bio

Babybel bio

Madeleine bio

Salade verte iceberg

Rôti de dinde froid mayonnaise

Frites

Coulommiers (coupe)

Fruit

Haricots verts en salade

Nuggets de poisson

Purée de carottes

Velouté fruits

Rocher coco nappé chocolat

Pizza bio aux légumes

Sauté de porc bio *

Gratin de courgettes bio

Cantal bio (coupe)

Fruit bio

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







Repas sans viande :
Lundi : Hoki aux olives
Mardi : Colin aux pruneaux
Vendredi : Omelette

Repas sans porc :
Présence de porc signalée par *
Lundi : Oeufs durs mayonnaise
Vendredi : Jambon de poulet

« Charlotte, la carotte » t'informe :

La carotte est le deuxième légume le plus consommé en France. Sais-tu pourquoi dit-on que la carotte rend aimable ? Car autrefois, on s'en servait pour faire avancer les ânes. C'est la friandise favorite de cet animal extrêmement têtu qui peut le rendre, soudainement, obéissant et...aimable. Mais la carotte possède bien d'autres vertus et nous en fait voir de toutes les couleurs ! Blanche, violette, jaune, rouge... la carotte n'a pas toujours été orange, et les goûts changent selon les couleurs. Plus la couleur de la carotte est foncée, plus ses propriétés nutritives sont intéressantes.

"Bio" : Issu de l'Agriculture biologique

Origine de nos viandes bovines - Boeuf : France

