



Semaine 42

Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

Les groupes
 d'aliments

Entrée

Plat principal

Légume Féculent

Produit laitier

Dessert

Pâté de campagne*

Escalope viennoise

Légumes façon thaï Produit de saison

Edam

Maestro au chocolat

Radis beurre Produit de saison

Saucisses de Strasbourg*

Petits pois à la française*

Yaourt aux fruits

Roulé à la fraise

Friand au fromage

Moussaka de boeuf

Fromage fouetté Mme Loik

Produit de saison **Fruit**

Carottes râpées Produit de saison

Mignonettes de bœuf sauce provençale

Farfalles à l'emmental

Fromage blanc nature

Confiture

Concombres tzatzikis Produit de saison

Dos de colin sauce pestorosso

Riz

Camembert

Produit de saison **Fruit**

Fruits et légumes

Viandes, poissons œufs

Céréales, légumes secs

Matières grasses cachées

Produits laitiers

Produits sucrés



Repas sans viande :

Lundi : Oeufs durs mayonnaise
 Poisson pané
 Mardi : Omelette
 Petits pois
 Mercredi : Moussaka de la mer
 Jeudi : Hoki à la tomate

Repas sans porc :

Présence de porc signalée par *

Lundi : Pâté de volaille
 Mardi : Saucisses de volaille

« Marcotte, 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...



Choix de la semaine

Entrée : Salade de tomates
 Légume : Brocolis sautés

Choix du vendredi

Poisson pané

Origine de nos viandes bovines

- Boeuf : France
 - Veau : France

