

## Menu du Lundi 9 au vendredi 13 Mars 2020



Semaine 11



### Lundi

Repas végétarien

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

- Betteraves à la ciboulette
- Boulettes de soja sauce tomate basilic
- Petits pois
- Mimolette
- Flan à la vanille



### Mardi

Repas biologique

- Pizza bio aux légumes
- Sauté de boeuf bio à l'ancienne
- Carottes bio sautées
- Yaourt bio aromatisé à la fraise
- Cake bio nature



### Jeudi

Repas biologique

- Taboulé bio
- Sauté de porc bio forestier\*
- Haricots verts bio
- Yaourt brassé bio banane
- Biscuit bio nappé chocolat

### Vendredi

- Salade verte mélangée
- Thon à la Sicilienne
- Bûche à la coupe au lait mélangé (chèvre et vache)
- Pomme

Les groupes d'aliments

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

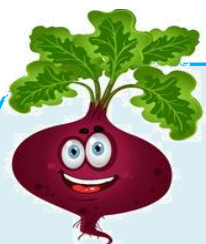
#### Repas sans viande :

Mardi : Salade de pommes de terre Hoki à l'ancienne  
Jeudi : Colin à la crème

#### Repas sans porc :

Présence de porc signalée par \*

Jeudi : Sauté de volaille forestière



Lundi, de la betterave rouge !

Elle se déguste toujours en entrée crue râpée ou cuite, et tu as sans doute remarqué sa saveur sucrée.

Humm ! C'est bon comme un bonbon...

On extrait aussi du sucre de la betterave blanche.

C'est Napoléon 1er qui encouragea sa culture.

Vive Napoléon et la betterave rouge.



"Bio" : Issu de l'Agriculture biologique

Origine de nos viandes bovines  
- Boeuf : France

