

Semaine 10



Repas végétarien








Repas biologique



Repas biologique

Vendredi

Les groupes d'aliments

-  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

- Salade de pommes de terre bio
-  Mignonettes de bœuf bio à l'ancienne
-  Carottes sautées bio
- Yaourt bio aromatisé à la fraise
- Galette au beurre bio



- Salade de lentilles bio
- Sauté de porc bio forestier*
- Haricots verts bio
- Yaourt brassé bio à la banane
- Madeleine bio

- Salade verte
-  Thon à la Sicilienne
-  Pointe de brie à la coupe
-  Pomme

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

Repas sans viande :
Mardi : Hoki à l'ancienne
Jeudi : Colin sauce forestière

Repas sans porc :
Présence de porc signalée par *
Jeudi : Sauté de volaille forestière

Vendredi, direction la Sicile !
Le chef t'a préparé le fameux thon à la sicilienne.
Humm...le thon, c'est bon !
Ce poisson très goûteux te permet de faire le plein de nutriments essentiels pour ton corps
Manger du thon aurait des effets bénéfiques sur la santé de ton petit cœur.
Bon appétit !



Origine de nos viandes bovines
- Boeuf : France

"Bio" : Issu de l'Agriculture biologique

