

Semaine 12

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

Lundi
Repas biologique

- Salade de blé provençal **bio**
- Emincé de volaille **bio** cacciatore
- Haricots verts **bio**
- Emmental **bio**
- Pomme **bio**

Mardi
Repas biologique

- Persillade de pommes de terre **bio**
- Sauté de porc **bio*** aux pruneaux
- Purée de butternut **bio**
- Suisse aux fruits **bio**
- Cookie aux pépites de chocolat **bio**



Jeudi
Repas végétarien

- Carottes râpées
- Macaronis à la bolognaise de lentilles
- Camembert à la coupe
- Compote de fruits

Vendredi

- Salade de riz Arlequin
- Pesca meunière
- Gratin de chou-fleur
- Yaourt sucré
- Banane

Les groupes d'aliments

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

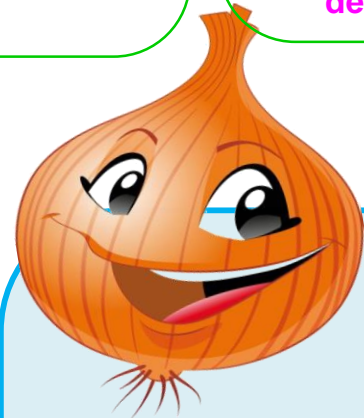
Repas sans viande :

Lundi : Quenelles cacciatore
Mardi : Colin aux pruneaux

Repas sans porc :

Présence de porc signalée par *

Mardi : Rôti de dinde aux pruneaux



Humm, jeudi des lentilles !

Les chinois, les indiens, les asiatiques, les égyptiens bâtisseurs des pyramides en mangeaient et les romains nous les ont ramené ici.

Sais-tu que les lentilles sont riches en fer ?

Et elles t'apportent autant de force qu'Obélix !

Serait-il tombé dans un plat de lentilles étant petit ?



"Bio" : Issu de l'Agriculture biologique

Origine de nos viandes bovines - Boeuf : France

