




Semaine 49

Lundi

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

- Salade de pois chiches
- Poisson meunière
- Carottes sautées 
- Samos
- Compote de fruits

 **Mardi**
Repas biologique

-  Betteraves bio vinaigrette
- Emincé de poulet bio au miel
- Ecrasé de pommes de terre bio
- Emmental bio
- Clémentines bio 

Mercredi



 **Jeudi**
Repas bio végétarien

- Salade verte bio
- Chili de légumes bio
- Riz bio
- Brie bio à la coupe
- Banane bio 

Vendredi

- Salade de lentilles
- Rôti de porc aux pruneaux*
- Gratin de chou-fleur 
- Chanteneige
- Flan nappé caramel

Les groupes d'aliments

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



Repas sans viande :

Mardi : Quenelle sauce miel
Vendredi : Merlu aux pruneaux

Repas sans porc :

Présence de porc signalée par *

Vendredi : Rôti de dinde aux pruneaux

Vendredi, du chou-fleur !
Le roi de France, Louis XV, raffolait de ce légume.




Le chou-fleur peut se déguster cru, en salade accompagné d'une sauce vinaigrette, ou de mayonnaise, mais également cuit, en gratin, en purée ou sous forme de beignets !

En France, et principalement en Bretagne, ce légume est cultivé toute l'année.

Sais-tu qu'il existe plusieurs variétés ?
On en trouve des blancs, des verts, des oranges et même des violets !



 "Bio" : Issu de l'Agriculture biologique

Origine de nos viandes bovines
- Boeuf : France

