



Menu du Lundi 02 au vendredi 06 Janvier 2023



Bon appétit!

# Bonne année 2023!

Semaine 01

**Lundi**

**Mardi**

**Mercredi**



**Jeudi**

**Vendredi**

Les groupes d'aliments

Entrée

Plat principal

Légume Féculent

Produit laitier

Dessert



Salade de pomme de terre bio

Boulette de bœuf bio sauce tomate

Petits pois bio

Edam bio

Pomme bio



Céleri remoulade

Curry de légumes pois chiche

Semoule

Chanteneige

Banane

Salade verte bio

Saucisse de volaille

Lentilles bio au jus

Yaourt aromatisé bio

Muffin

Fruits et légumes

Viandes, poissons œufs

Céréales, légumes secs

Matières grasses cachées

Produits laitiers

Produits sucrés

Compte-tenu du contexte actuel difficile en termes d'approvisionnements en produits alimentaires, les menus sont exceptionnellement à titre indicatif

### Repas sans viande :

Mardi : Boulettes de soja sauce tomate.  
Vendredi : Colin sauce citron.

Présence de porc signalée par \*

### Légende :

Produit de saison   
Produit local



Vendredi tu vas te régaler avec un muffin aux pépites de chocolat !  
Cousin de la madeleine, le muffin s'approche de cette saveur sucrée que nous connaissons bien.  
Très répandu dans les pays anglo-saxons et principalement aux Etats-Unis, il a su traverser les frontières pour s'inviter dans nos livres de recettes, sur les étals des boulangeries et dans les rayons de nos supermarchés.  
Les ingrédients pour préparer des muffins sont, pour la plupart, déjà dans nos placards et réfrigérateurs.  
A ton tour de te coiffer de la toque du chef et d'en préparer !



Origine de nos viandes bovines  
- Boeuf : France

