

Menu du Lundi 17 Avril au Vendredi 21 Avril 2023

Semaine 16



Lundi

Repas végétarien

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

Salade de pois chiches

Palet végétarien

Purée de carottes

Petit suisse aromatisé

Fruit 🍌 🍆

Mardi

Salade de pommes de terre bio

Cubes de colin pané 🐟

Epinards à la crème bio

Vache qui rit bio

Purée de fruits bio

Mercredi



Jeudi

Repas biologique

Chou blanc bio rémoulade

Boulettes de bœuf bio sauce tomate 🇫🇷

Coquillettes bio

Camembert bio

Fruit bio 🍌 🍆

Vendredi

Salade de riz bio

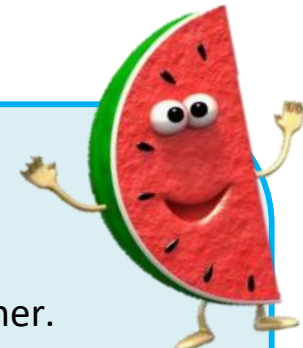
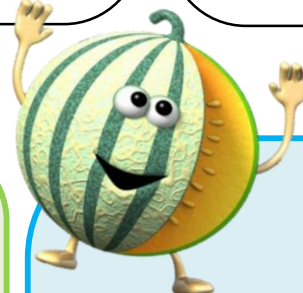
Saucisse de volaille

Petits pois

Petit moulé nature

Fruit 🍌 🍆

Les groupes d'aliments



Repas sans viande :
 Jeudi : Hoki sauce champignons
 Vendredi : Quenelles sauce tomate

*Présence de porc signalée par **

Légende :
 Produit issu de l'agriculture biologique 🇪🇺
 Produit de saison 🍌 🍆
 Produit local 📍

Vitamine C, vitamine A, vitamine B... Les fruits en regorgent ! Elles sont essentielles aux cellules de ton corps pour bien fonctionner. Ainsi, la vitamine **C** aide ton corps à se défendre contre les maladies, la vitamine **A** t'aide à grandir et est bonne pour ta vue et la vitamine **B** aide ton corps à bien fonctionner.

Les fruits sont également riches en eau et permettent à ton corps de s'hydrater.

Source de fibres, ils participent au bon fonctionnement de ton tube digestif.

Enfin ils sont riches en glucides qui servent de carburant pour ton cerveau et pour tes muscles.

