



S23	Lundi	Mardi
Entrée	Salade de blé basilic vinaigrette	Salade de lentilles
Plat Principal	Cordon bleu SV : Cubes de colin panés	Paupiette de veau sauce provençale SV : Colin sauce ciboulette
Légume/Féculent	Chou-fleur à la béchamel	Courgettes
Produit laitier	Suisse aux fruits bio	Tartare nature
Dessert	Fruit	Fruit

Jeudi Repas végétarien	Vendredi
Betteraves bio	Salade iceberg
Chili végétarien	Thon à la Sicilienne
Riz bio	Torsades
Yaourt fermier nature bio et sucre	Emmental (coupe)
Fraises et sucre	Liégeois chocolat

Légende

- Produit issu de l'agriculture biologique
- Produit local / circuit court
- Viande Française
- Filière maritime engagée
- Région Ultrapériphérique
- Indication géographique protégée
- Appellation d'origine contrôlée
- Recette du Chef
- Issus du commerce équitable
- Certifications environnementales
- SV / SP : Sans viande / Sans porc

Les groupes alimentaires



La richesse des fruits
 Les fruits regorgent de vitamines ! 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 l'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 (sucres) qui servent de carburant pour ton cerveau et pour tes muscles.

Tous nos plats sont susceptibles de contenir les 14 allergènes suivants : céréales contenant du gluten (seigle, blé, orge, avoine, épeautre, kamut), crustacés, œufs, poissons, arachides, soja, lait, fruits à coque, céleri, moutarde, sésame, anhydride sulfureux et sulfites, lupin et mollusques.