

Semaine 10



Lundi
Repas végétarien

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

Salade iceberg	Radis + beurre
Ravioli bio farcis à l'orientale	Boulettes de bœuf sauce bourguignonne
Edam bio	Pommes de terre cubes
Fruit bio	Yaourt aromatisé
	Beignet au chocolat



Jeudi

Taboulé bio
Jambon blanc *
Purée de carottes
Petit moulé ail et fines herbes
Fruit



Vendredi

Salade de maïs aux poivrons
Moqueca de poisson
Riz
Yaourt sucré
Tarte à la noix de coco

Les groupes d'aliments

- Fruits et légumes
- Vielles, poissons œufs
- Féculets
- Matières grasses
- Produits laitiers
- Produits sucrés

Repas de substitution :

- Mardi : Quenelles sauce ciboulette
- Mercredi : Omelette
- Jeudi : Aiguillettes de saumon meunière

Repas sans porc :

- Jeudi : Jambon de volaille

Présence de porc signalée par *

Légende :

- Produit issu de l'agriculture biologique
- Produit de saison
- Produit local
- Dessert du chef



« Nicolas, le beignet au chocolat », fait la fête :

Mardi gras !

L'origine lointaine de cette fête date de l'époque romaine où l'on célébrait le réveil de la nature. Tous les habitants se retrouvaient, déguisés, pour chanter, danser et festoyer ! Ce mardi, tu vas te régaler avec un bon beignet au chocolat en dessert. Et avant la musique, les confettis, les serpentins et les parades qui envahissent les rues pour le carnaval... As-tu trouvé ton déguisement ?

