

Semaine 46

Lundi

FERIE

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



Mardi

Repas bio végétarien

| | |
|-----------------------------------|---|
| Carottes rapées bio |  |
| Raviolis tex-mex bio |  |
| Gouda bio |  |
| Fian vanille nappé caramel bio |  |

Mercredi

| | |
|---------------------------------------|---|
| Salade de pois chiches vinaigrette | |
| Filet de colin sauce aurore |  |
| Haricots verts persillés |  |
| Fromage paysan breton | |
| Fruit |  |

Jeudi

| | |
|---------------------|---|
| Friand au fromage | |
| Cordon bleu | |
| Chou-fleur béchamel | |
| Yaourt sucré bio |  |
| Fruit bio |  |

Vendredi

| | |
|-----------------------------|---|
| Salade harmonie | |
| Jambon blanc* |  |
| Purée de pommes de terre | |
| Pont l'Evêque (coupe) |  |
| Purée de fruits du chef |  |

Les
groupes
d'aliments



Repas de substitution :

- Jeudi : Cubes de colin pané
 - Vendredi : Omelette
- Repas sans porc :**
- Vendredi : Jambon de poulet

Présence de porc signalée par *

Légende

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



« Pernille » la lentille, t'informe :

Humm, mardi des raviolis tex-mex !
Ces raviolis sont farcies aux lentilles et aux légumes.
Chaque semaine, ton menu est composé d'un repas végétarien.
Le plat végétarien se compose la plupart du temps
d'un légume sec riche en protéines (les lentilles par exemple),
associé à une céréale (le blé de la pâte des raviolis).
Cette association constitue une bonne alternative
à la viande et au poisson !

