



Semaine 04



Lundi

Repas végétarien

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

Salade de pois chiches bio

Nuggets de blé

Duo petits pois et carottes

Yaourt sucré

Fruit

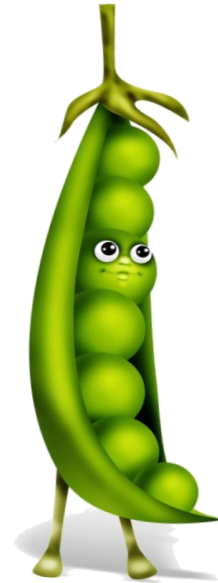
Mardi

Radis

Brandade de poisson

Bûche au lait de mélange (vache, chèvre)

Compote de fruits



Jeudi

Repas biologique

Salade verte bio

Mignonettes de bœuf bio à la Camarguaise

Riz bio

Vache qui rit bio

Fruit bio

Vendredi

Salade pastourelle

Aiguillettes de poulet à la forestière

Haricots vert

Gouda

Fruit

Les groupes d'aliments

- Fruits et légumes
- Viandes, poissons œufs
- Céréales, légumes secs
- Matières grasses cachées
- Produits laitiers
- Produits sucrés

« François, le petits pois » t'informe :

Le petit pois, aussi appelé pois potager, est l'un des plus vieux légumes cultivés en Europe et en Asie. Vert et croquant, il a un goût légèrement sucré, pourtant on ne le mange quasiment que dans des préparations salées. Connu cuit dans les plats traditionnels, le petit pois se déguste aussi cru comme une gourmandise. Il en existe deux variétés : à écosser et mange-tout. Le petit pois est concentré en fibres, en protéines et en vitamines B.



Choix de la semaine

Entrée : Potage de légumes
Légume : Courgettes sautées

Origine de nos viandes bovines
- Boeuf : France

"Bio" : Issu de l'Agriculture biologique

