

Semaine 40

Lundi

Mardi

Mercredi





Jeudi


Repas bio végétarien


Vendredi

Les groupes
d'aliments

 Entrée

 Plat principal

 Légume Féculent

 Produit laitier

 Dessert


Salade de pois chiches

Poisson poêlé au beurre

Courgettes à la crème 

Pointe de brie


Flan caramel


 **Salade de tomates**

Rôti de dinde au jus

Pommes noisettes

Vache Picon

Fruit 

 **Carottes râpées**

Steak de veau à l'ancienne

Petits pois

Yaourt sucré

Eclair à la vanille

Salade verte bio

Chili de légumes bio

Riz bio

Suisse aux fruits bio

Biscuit Abbaye chocolat bio

 **Céleri rémoulade**

Poulet Basquaise

Semoule

Petit Louis

Raisins 

 Fruits et légumes

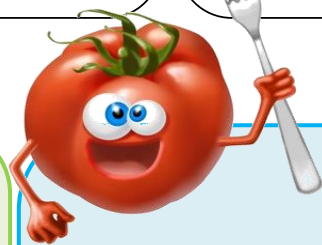
 Viandes, poissons œufs

 Céréales, légumes secs

 Matières grasses cachées

 Produits laitiers

 Produits sucrés



Repas sans viande :

Mardi : Poisson pané
Mercredi : Colin à l'ancienne
Vendredi : Saumon à la basquaise

Présence de porc signalée par *

« Agathe, la tomate » t'informe :

La tomate colore les étals de nos marchés tout au long de l'année.

Sais-tu qu'il se cultive 3 millions d'hectares de tomates dans le monde ? Très simple à consommer, on l'utilise dans de nombreuses préparations aussi bien crue que cuite.

On trouve des milliers de variétés de tomates dans le monde : ronde, noire de Crimée, cœur de Bœuf, ananas, cocktail, cerise, green zebra...


Toutes se distinguent par leur forme, leur couleur, leur texture et leur goût.

Grâce à sa richesse en vitamines et minéraux, la tomate est très bonne pour la santé !



Choix de la semaine

Entrée : **Pomelo**
Légume : **Purée de potiron**

 "Bio" : Issu de l'Agriculture biologique

Origine de nos viandes bovines
- Boeuf : France

