



Compte-tenu du contexte actuel difficile en termes d'approvisionnements en produits alimentaires, les menus sont exceptionnellement à titre indicatif

Semaine 03

### Lundi



### Mardi

Repas végétarien

### Mercredi



### Jeudi

Repas biologique

### Vendredi

Les groupes d'aliments

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

**Friand au fromage**

**Roti de dinde sauce tomate**

**Haricots beurre persillés**

**Mimolette**

**Fruit**

**Salade Coleslaw**

**Cari de lentilles et potiron**

**Riz**

**Cantal**

**Compote de fruit**

**Céleri vinaigrette**

**Saucisse de volaille**

**Purée de pommes de terre**

**Croc'lait**

**Crème dessert vanille**

**Macédoine bio vinaigrette**

**Couscous boulettes de bœuf bio**

**Semoule bio**

**Gouda bio**

**Mousse au chocolat bio**

**Haricots verts et Maïs**

**Thon à la sicilienne**

**Penné**

**Yaourt sucré**

**Fruit**

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

**Repas sans viande :**

Lundi : Colin sauce tomate  
Mercredi : Hoki sauce à la crème  
Jeudi : Couscous de la mer

Présence de porc signalée par \*

**Légende :**

Produit de saison   
Produit local



**« Pernille » la lentille, t'informe :**

Humm, mardi un cari de lentilles et potiron !

Sais-tu qu'il existe 40 espèces de légumes secs

et 18 000 variétés cultivées et consommées dans le monde !

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, associé à une céréale, il constitue ainsi

une bonne alternative à la viande ou au poisson !



**Choix de la semaine**

Entrée : **Potage de légumes**  
Légume : **Haricots verts**

**Origine de nos viandes bovines**  
- Boeuf : France

