



S03	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi Repas végétarien	Vendredi
Entrée	Salade de riz bio à la provençale	Salade iceberg	Radis beurre	Pizza au fromage	Carottes râpées
Plat Principal	Cordon bleu SV : Croc'fromage	Coquillettes aux dés de jambon*	Steak haché de bœuf sauce barbecue SV : lentilles aux petits légumes	Omelette bio	Gratin de poisson aux fruits de mer
Légume/Féculent	Julienne de légumes bio	SP : Coquillettes aux dés de volaille SV : Gratin de coquillettes au saumon	Semoule	Épinards à la crème	Pommes de terre
Produit laitier	Vache picon	Chanteneige	Fromage blanc sucré	Bûche de chèvre (coupe)	Yaourt vanille bio
Dessert	Fruit	Mousse au chocolat	Galette des rois	Banane bio	Madeleine

Légende

- Produit issu de l'agriculture biologique
- Produit local
- Viande Française
- Pêche responsable
- Région Ultrapériphérique
- Indication d'origine protégée
- Appellation d'origine contrôlée
- Recette du Chef
- Issus du commerce équitable
- Certifications environnementales
- SV / SP : Sans Viande / Sans Porc

* Présence de porc

Choix de la semaine :

- Entrée : Potage de légumes
- Légumes : Brocolis

Le savais-tu ?

Popeye est un héros de dessin animé qui est en mesure d'affronter le monde entier après avoir mangé une boîte d'épinards. Les épinards contiennent du fer, ce qui est bon pour ton sang. Mais également des vitamines A, C, K, B et E, sans parler du magnésium, du calcium et des fibres. Cette semaine, tu pourras faire le plein d'énergie en consommant des épinards à la crème.

Les groupes alimentaires

