

Semaine 10



Lundi

Repas végétarien



MENU

Salade iceberg

Ravioli bio farcis à l'orientale + Emmental râpé

Fruit bio



Radis + beurre

Boulettes de bœuf bio sauce bourguignonne

Pommes de terres cubes bio

Beignet au chocolat



Mercredi

Jeudi

Taboulé bio

Jambon blanc *

Purée de carottes

Fruit



Vendredi

Salade de maïs aux poivrons

Moqueca de poisson

Riz

Tarte à la noix de coco

Les groupes d'aliments

Fruits et légumes

Vianes, poissons œufs

Féculents

Matières grasses

Produits laitiers

Produits sucrés

Repas de substitution :

- Mardi : Quenelles sauce ciboulette
- Jeudi : Aiguillettes de saumon meunière

Repas sans porc :

- Jeudi : Jambon de volaille

Présence de porc signalée par *

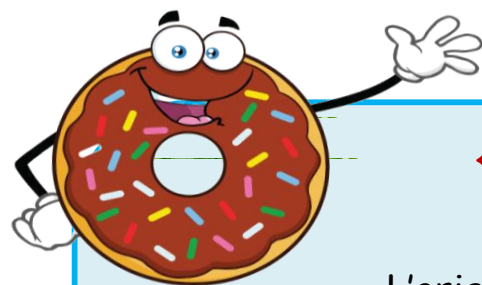
Légende :

Produit issu de l'agriculture biologique

Produit de saison

Produit local

Dessert du chef



« Nicolas, le beignet au chocolat », fait la fête :

Mardi gras !

L'origine lointaine de cette fête date de l'époque romaine où l'on célébrait le réveil de la nature.

Tous les habitants se retrouvaient, déguisés, pour chanter, danser et festoyer !

Ce mardi, tu vas te régaler avec un bon beignet au chocolat en dessert.

Et avant la musique, les confettis, les serpentins et les parades qui envahissent les rues pour le carnaval...

As-tu trouvé ton déguisement ?



Choix de la semaine

Entrée : Potage de légumes

Légume : Epinards

