





Semaine 40

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

**Lundi**

**Radis / Beurre**

**Knaks de volaille**

**Purée de carottes bio**

**Samos**

**Maestro vanille**

**Mardi**

**Salade de riz arlequin**

**Colin pané**

**Ratatouille à l'huile d'olive**

**Suisse aromatisé**

**Fruit**



**Mercredi**

**Salade de tomates**

**Steak de veau sauce marengo**

**Semoule aux raisins**

**Vache qui rit**

**Compote de fruits**

**Jeudi**

**Vendredi**  
*Repas végétarien*

**Concombres et maïs**

**Chili de légumes**

**Riz**

**Pointe de Brie (coupe)**

**Chou chocolat**

Les groupes d'aliments

-  Fruits et Légumes
-  Viandes, poisson oeufs
-  Féculents
-  Matières grasses
-  Produits laitiers
-  Produits sucrés


**Repas de substitution :**

- Lundi : Papillote de poisson
- Jeudi : Quenelles sauce tomate

**Repas sans porc :**

- Mercredi : sauce carbonara de poulet

*Présence de porc signalée par \**

 « Zoé, la petite bouteille de lait », t'informe :

**Les produits laitiers**


Ce sont le lait, les yaourts, les fromages blancs, les petits suisses et aussi tous les fromages...

Tu en manges tous les jours à la cantine et à la maison.

Il est important d'en manger tous les jours.

Sais-tu pourquoi ?





Parce qu'ils contiennent du calcium et de la vitamine D qui rendent tes os solides et qui t'aident à bien grandir.



**Choix de la semaine**

Entrée : Macédoine de légumes  
 Légume : Haricots persillés

**Légende**

-  Produit issu de l'agriculture biologique
-  Produit de saison
-  Produit local
-  Dessert du chef

