

Semaine 41

Lundi



Mardi

Repas végétarien

Mercredi

Jeudi

Vendredi

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

Salade de quinoa

Escalope viennoise

Purée de potiron

Yaourt aromatisé

Fruit

Mélange coleslaw

Tortellinis bio à la provençale sauce tomate

Carré président

Liégeois chocolat



Tarte au fromage

Colin poêlé au beurre

Haricots verts persillés

Suisse sucré

Fruit

Salade verte

Steak de bœuf à la moutarde

Purée de pommes de terre

Pont l'Evêque (coupe)

Purée de fruits du chef

Les groupes d'aliments

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

Repas de substitution :

- Lundi : Nuggets de poisson
- Vendredi : Omelette

Présence de porc signalée par *

Ce vendredi, le chef te propose une compote de fruits maison. Tu vas te régaler !

Tu peux aussi t'amuser à préparer une compote de fruits. Il te faudra éplucher les fruits et les couper en petits dés. Mettre les fruits dans une casserole avec un peu d'eau. Couvrir et faire cuire à feu doux pendant environ 20 minutes en remuant de temps en temps. Quand les fruits sont assez tendres, les verser dans le bol d'un blender puis mixer.

Choix de la semaine

Entrée : Tomate croq'sel
 Légume : Carottes sautées

Légende

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

