

Semaine 07

Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi



Vendredi


Repas végétarien

Les groupes d'aliments

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


Salade de riz provençale

Cordon bleu

 **Epinards à la crème**

Bûche au lait mélangé (chèvre, vache)

Mousse aux marrons

Céleri rémoulade 

Brandade de poisson

Edam

 **Fruit**

Pâté de campagne*

Rôti de dinde au paprika

Beignets de chou-fleur 

Yaourt sucré

Quatre-quart

Salade d'endives 

Petit salé aux lentilles* 

Chanteneige fouetté

 **Fruit**

Carottes râpées 

Torsettes aux légumes du soleil et pois chiches

 **St Nectaire**

Compote de fruits



« Laurent, le chou blanc », t'informe :

Mercredi, du chou-fleur !

Le roi de France, Louis XV, raffolait de ce légume.

Le chou-fleur peut se déguster cru, en salade accompagné d'une sauce vinaigrette, ou de mayonnaise, mais également cuit, en gratin, en purée ou sous forme de beignets !

En France, et principalement en Bretagne, ce légume est cultivé toute l'année.

Sais-tu qu'il existe plusieurs variétés ?

On en trouve des blancs, des verts, des oranges et même des violets



Repas sans viande :

Lundi : Oeufs durs
Mercredi : Surimi mayonnaise Colin au paprika
Jeudi : Petit salé de la mer

Repas sans porc :

Présence de porc signalée par *
Mercredi : Surimi mayonnaise

Choix de la semaine

Entrée : **Potage de légumes**
Légume : **Carottes sautées**

Origine de nos viandes bovines

- Boeuf : France

