



Semaine 20

**Lundi**

**Mardi**

**Mercredi**

**Jeudi**

**Vendredi**

Les groupes  
d'aliments

	Entrée
	Plat principal
	Légume Féculent
	Produit laitier
	Dessert

**Rosette\***

**Aiguillettes de poulet  
abricot et miel**

**Haricots  
beurre**

**Tartare  
aux fines herbes**

**Maestro à la vanille**

**Crêpe au fromage**

**Hoki à l'armoricaine**

**Purée  
de potiron**

**Bûche de chèvre**

**Glace**

**Friand  
au fromage**

**Jambon blanc\***

**Gratin  
de courgettes** Produit de saison

**Yaourt aromatisé**

**Tarte aux pommes**

**Salade verte  
iceberg**

**Pennes  
à la bolognaise**

**Edam**

**Compote  
de fruits** BIO

**Produit de saison** **Carottes  
râpées**

**Steak haché de veau  
à la crème**

**Riz**

**Tome noire**

**Fraises** Produit de saison

- Fruits et légumes
- Viandes, poissons œufs
- Céréales, légumes secs
- Matières grasses cachées
- Produits laitiers
- Produits sucrés



Repas sans viande :

Lundi : Oeufs durs mayonnaise  
Colin miel et abricot  
Mercredi : Omelette  
Jeudi : Pennes  
Poisson sauce tomate  
Vendredi : Saumon à la crème

Repas sans porc :

Présence de porc  
signalée par \*

Lundi : Roulade de volaille  
Mercredi : Jambon de poulet

« Thérèse, la fraise » t'informe :

Vendredi, des fraises !

Ce fruit, au goût bien sucré, provient d'un arbuste, le fraisier.

Très riche en vitamine C et en antioxydants,  
la fraise a de nombreux bienfaits sur ton corps.

Sais tu que, 1000 ans avant notre ère,  
les Romains les cultivaient déjà  
et en faisaient des masques de beauté ?

Hmmm !



Choix de la semaine

Entrée : **Concombres au fromage blanc**  
Légume : **Petits pois**

Choix du mardi

Poisson pané

Origine de nos viandes bovines

- Boeuf : France  
- Veau : France

