



Semaine 07

Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi



Vendredi

Repas végétarien

Les groupes d'aliments

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

Salade de blé provençal

Cordon bleu

Epinards à la crème

Bûche au lait mélangé (chèvre, vache)

Flan vanille

Céleri rémoulade

Brandade de poisson

Edam

Fruit

Pâté de campagne*

Rôti de dinde au paprika

Chou-fleur sauté

Yaourt sucré

Quatre-quart

Salade d'endives

Petit salé aux lentilles*

Chanteneige fouetté

Fruit

Carottes râpées

Macaronis à la bolognaise de tofu

Vache Picon

Compote de fruits

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



Repas sans viande :
Lundi : Oeufs durs
Mercredi : Salade de riz Colin au paprika
Jeudi : Petit salé de la mer

Repas sans porc :
Présence de porc signalée par *
Mercredi : Salade de riz
Jeudi : Petit salé de volaille

« **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



Choix de la semaine
Entrée : **Potage de légumes**
Légume : **Purée de céleri**

Origine de nos viandes bovines
- Boeuf : France

