

Semaine 04

Lundi

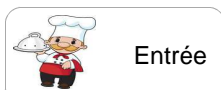
Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

Les groupes d'aliments



Entrée



Plat principal



Légume Féculent



Produit laitier



Dessert

Salade Napoli

Blanquette de volaille



Haricots verts

Fromage fouetté
Mme Loïk

Liégeois à la vanille

Quiche lorraine*

Dos de colin
sauce nantua



Purée
de carottes

Yaourt sucré

Mini roulé
au chocolat

Macédoine de légumes
à la mayonnaise



Gardianne
de bœuf

Riz

Petit moulé ail
et fines herbes



Fruit

Salade verte
iceberg

Rôti de porc
au jus*

Gratin Daupinois

Bûche de chèvre

Fruit



Betteraves
persillées



Poisson pané

Petits pois

Fomage blanc
aux fruits

Palmiers

Fruits et légumes

Viandes, poissons œufs

Céréales, légumes secs

Matières grasses cachées

Produits laitiers

Produits sucrés

Repas sans viande :

Lundi : Blanquette de quenelles
Mardi : Crêpe au fromage
Mercredi : Hoki sauce provençale
Jeudi : Omelette

Repas sans porc :

Présence de porc signalée par *

Mardi : Crêpe au fromage
Jeudi : Rôti de dinde au jus



« Geoffroi, le petits pois » t'informe :

Le petit pois, aussi appelé pois potager, est l'un des plus vieux légumes cultivés en Europe et en Asie. Vert et croquant, il a un goût légèrement sucré, pourtant on ne le mange quasiment que dans des préparations salées. Connu cuit dans les plats traditionnels, le petit pois se déguste aussi cru comme une gourmandise. Il en existe deux variétés : à écosser et mange-tout.

Le petit pois est concentré en fibres, en protéines et en vitamines B. Ses qualités nutritionnelles en font un aliment de plaisir et de bien-être.

Miam !



Choix de la semaine

Entrée : Potage de légumes
Légume : Brocolis à la crème

Origine de nos viandes bovines

- Bœuf : France
- Veau : France

