

Les groupes d'aliments

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

Semaine 49



### Lundi

Salade de blé tex mex vinaigrette

Moqueca de colin

Haricots beurre persillés

Fruit

### Mardi

Nuggets de poulet

Purée de Potiron

Munster (coupe)

Fruit

### Mercredi

Steak de veau sauce marengo

Riz aux petits légumes

Petit moulé nature

Flan vanille nappé caramel

### Jeudi

Coleslaw

Gratin de coquillettes aux dés de jambon\*

Yaourt aromatisé bio



### Vendredi

Repas bio végétarien

Tajine de pois chiches bio

Semoule bio

Edam bio

Purée de fruits bio du chef

#### Repas de substitution :

- Mardi : Nuggets de poisson
- Mercredi : Quenelle de brochet sauce paprika
- Jeudi : Omelette et Gratin de coquillettes

#### Repas sans porc :

- Jeudi : Gratin de coquillettes aux dés de volaille

Présence de porc signalée par \*

Ce vendredi, le chef te propose une purée 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 : Potage de légumes
- Légume : Purée d'épinards

#### Légende

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

