

Semaine 28

Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

Les groupes
d'aliments



MENU

Salade de pâtes
napoli

Cordon bleu

Gratin
de courgettes

Yaourt vanille
fermier

Rôti de porc*
sauce aux herbes

Carottes vichy

Suisse aromatisé

Fruit

Couscous de boulettes

de bœuf bio

Semoule bio

Gouda bio

Crème au
chocolat bio

Taboulé

Omelette

Ratatouille

Purée pomme poire bio

Salade verte iceberg

Thon
à la Sicilienne

Pipe rigate

Melon bio

Fruits et
légumes

Viandes,
poissons
œufs

Féculents

Matières
grasses

Produits
laitiers

Produits
sucrés

Produits de qualité :

Produit issu de l'agriculture biologique

Produit local

Pêche responsable

Viande française

Appellation d'origine Protégée

Indication géographique Protégée

Certification Environnementale

CERTIFICATION
NIVEAU 2

Régions ultrapériphériques

Issu du commerce équitable

Mercredi, un petit vent venu d'Orient souffle sur ton assiette,
Souvenir de vacances peut-être ? ...

Le couscous est un plat typique du Maghreb
qui se prépare dans un couscoussier.

C'est dans cette marmite que sont cuits les légumes et le poisson.
La vapeur dégagée monte dans le couscoussier
pour cuire la semoule.

Miam !



Choix de la semaine

Entrée : Salade de pois chiches

Légume : Haricots verts

Repas de substitution :

- Lundi : Nuggets de poisson
- Mardi : Colin sauce citron
- Mercredi : Couscous de la mer

Présence de porc signalée par *