



Semaine 48

**Lundi**  
 Repas végétarien

**Mardi**

**Mercredi**

**Jeudi**

**Vendredi**

Les groupes d'aliments

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

- Persillade de pommes de terre
- Omelette au fromage
- Ratatouille
- Yaourt sucré
- Gaufre

- Mortadelle\*
- Rôti de dinde aux olives
- Haricots beurre
- Pointe de brie
- Maestro à la vanille

- Salade grecque
- Poulet lemonato
- Duo de boulgour et courgettes
- Croc'Lait
- Fruit

- Carottes râpées
- Pennes à la bolognaise
- St Paulin
- Fruit

- Salade de riz au thon
- Filet de poisson poêlé au beurre
- Gratin de chou-fleur
- Suisse sucré
- Eclair au chocolat

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

Repas sans viande :  
 Mardi : Oeufs durs mayo  
 Hoki aux olives  
 Mercredi : Saumon lemonato  
 Jeudi : Poisson sauce tomate  
 Pennes

Repas sans porc :  
 Présence de porc signalée par \*

Mardi : Roulade de volaille



« Nicolas, le carré de chocolat » t'informe :

En dessert, vendredi, un éclair au chocolat.

Miam miam !

Sais-tu pourquoi le nomme-t-on ainsi ?

Deux explications possibles :

- Son glaçage est si brillant qu'il évoque la lumière de l'éclair.
- Ce gâteau est si bon qu'il se mange « en un éclair » !!!

Laquelle choisir ... ??

La seule chose dont je suis sûre,

c'est que tu vas l'adorer !



Choix de la semaine  
 Entrée : Potage de légumes  
 Légume : Purée de brocolis

Origine de nos viandes bovines  
 - Boeuf : France

