



Semaine 46

**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**

**Camembert**

**Compote de fruits**

**Trio de crudités**

**Filet de poisson à la fondue de poireaux**

**Purée de carottes**

**Yaourt aromatisé**

**Brownie**

**Salade verte iceberg**

**Chipolatas\* + ketchup**

**Farfalles**

**Fromage fouetté Mme Loïk**

**Fruit**

**Betteraves vinaigrette**

**Poulet lemonato**

**Semoule**

**Emmental**

**Fruit**

**Mélange coleslaw**

**Dahl de lentilles**

**Riz**

**Gouda**

**Fruit**

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



**Repas sans viande :**  
Lundi : Poisson pané  
Mercredi : Saumon sauce tomate  
Jeudi : Colin lemonato

**Repas sans porc :**  
Présence de porc signalée par \*

Mercredi : Saucisses de volaille

**« Roberto, le poireau », t'informe :**

Mardi du poisson à la fondue de poireaux, un des légumes phare de l'hiver !

Résistant, il est utilisé dans de nombreux plats grâce à son parfum si particulier et à sa saveur aillée. C'est un légume très populaire chez les Egyptiens et les Romains. Déjà cultivé dans l'Egypte ancienne, le pharaon Keops en offrait à ses meilleurs guerriers comme symbole de victoire. Très apprécié chez les romain, l'Empereur Néron, en consommait en grande quantité pour adoucir ses cordes vocales.

**Choix de la semaine**  
Entrée : Potage de légumes  
Légume : Haricots verts

**Choix du mardi**  
Poisson pané

**Origine de nos viandes bovines**  
- Boeuf : France

