



Semaine 42

**Lundi**

**Mardi**

**Mercredi**

**Jeudi**  
Repas biologique

**Vendredi**  
Repas végétarien

Les groupes d'aliments

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

**Salade de pommes de terre**

**Escalope viennoise**

**Carottes braisées**

**Samos**

**Flan chocolat**

**Quiche lorraine\***

**Filet de colin à la crème d'aneth**

**Purée de brocolis**

**Chanteneige**

**Fruit**

**Radis beurre**

**Poulet à la toscane**

**Duo de boulgour et courgettes**

**Fromage fouetté Mme Loïk**

**Raisins**

**Salade verte bio**

**Bœuf bio Miron-ton**

**Torsades bio**

**Brie bio**

**Purée de fruits bio**

**Salade de tomates**

**Lentilles à l'indienne**

**Riz**

**Cantal**

**Fruit**

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



« Charlotte, le carotte » t'informe :

La carotte est le deuxième légume le plus consommé en France. Sais-tu pourquoi dit-on que la carotte rend aimable ? Car autrefois, on s'en servait pour faire avancer les ânes. C'est la friandise favorite de cet animal extrêmement têtu qui peut le rendre, soudainement, obéissant et...aimable.

Mais la carotte possède bien d'autres vertus et nous en fait voir de toutes les couleurs !

Blanche, violette, jaune, rouge... la carotte n'a pas toujours été orange, et les goûts changent selon les couleurs. Plus la couleur de la carotte est foncée, plus ses propriétés nutritives sont intéressantes.



Présence de porc signalée par \*

"Bio" : Issu de l'Agriculture biologique

Origine de nos viandes bovines - Boeuf : France

