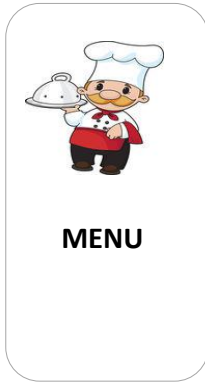


Semaine 21



Lundi



Mardi

Taboulé

Filet de colin sauce aurore

Haricots verts persillés

Fruit

Mercredi



Jeudi

Repas biologique

Hachis parmentier bio de bœuf bio

Chanteneige bio

Purée de fruits bio



Vendredi

Repas végétarien

Tortellis pomodoro & Mozzarella

Suisse aux fruits

Gaufre liégeoise

Les groupes d'aliments

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

Repas de substitution :

-- Jeudi : Aiguillettes de saumon meunière
 Purée de pommes de terre

- Présence de porc signalée par *

Légende

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

La richesse des légumes verts



Les légumes verts sont très riches en vitamines, minéraux et fibres. Ils sont de véritables alliés au quotidien, en plus de joliment colorer nos assiettes.

Ils stimulent l'organisme et aident à prévenir certaines maladies.

A noter que, d'un point de vue nutritionnel, la formule "légumes verts" ne signifie pas de couleur verte mais légumes frais, à la différence des légumes secs comme les légumineuses (lentilles, fèves, pois chiches, etc ...).



Brocolis, poivrons, courgettes, carottes ... peu importe la couleur, les légumes sont à consommer sans modération !



Choix de la semaine

Entrée : Salade de tomates
 Légume : Ratatouille

Origine de nos viandes

- Bœuf: France



*Compte-tenu du contexte actuel difficile en termes d'approvisionnements en produits alimentaires, les menus sont exceptionnellement à titre indicatif
 Tous nos plats sont susceptibles de contenir les 14 allergènes suivants : céréales contenant du gluten (seigle, blé, orge, avoine, épeautre, kamut), crustacés, oeufs, poissons, arachides, soja, lait, fruits à coque, céleri, moutarde, sésame, anhydride sulfureux et sulfites, lupin et mollusques.
 Selon l'article R.112-14 du décret du 17 avril 2015, la cuisine centrale met à disposition un repas sans les 14 allergènes régle mentaires, qui s'intègre dans le dispositif déployé par votre établissement.
 Merci d'orienter toute personne intéressée vers votre service de restauration pour en bénéficier et connaître les conditions tarifaires spécifiques.*