

S40	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Entrée	Macédoine de légumes bio vinaigrette	-	Salade de tomates	Crêpe au fromage	Salade verte iceberg
Plat principal	Knacks de volaille SV : Boulettes aux pois chiches bio	Poisson pané	Boulettes au veau sauce raz el hanout SV : Quenelles sauce tomate basilic	Omelette	Bolognaise de bœuf bio SV : Gratin de poisson
Légumes Féculents	Purée de carottes bio	Epinards à la béchamel	Riz	Ratatouille bio	Pennes bio
Produit laitier	-	Carré de l'Est (coupe)	-	Yaourt fermier vanille	-
Dessert	Fruit	Semoule au lait	Crème vanille	-	Purée de fruits bio

« Les menus sont à titre indicatif et sont susceptibles d'être modifiés »

Légende

Produit issu de l'agriculture biologique

Région Ultrapériphérique

Indication géographique protégée

Appellation d'origine contrôlée

Recette du Chef

France Agrimer Aide UE à destination des écoles

Produit local / circuit court

Viande Française

Filière marine engagée

SV / SP : Sans viande / Sans porc

FAIRTRADE

Agri éthique France

Certifications environnementales NIVEAU 2

Issus du commerce équitable

Choix de la semaine :

- Entrée : Carottes rapées
- Légumes : Haricots beurre

Les groupes alimentaires

Fruits et Légumes

Viandes, poisson œufs

Féculents

Matières grasses

Produits laitiers

Produits sucrés

Le savais-tu ?

La richesse des fruits

Les fruits regorgent de vitamines ! Elles sont essentielles aux cellules de ton corps pour bien fonctionner. Ainsi, la vitamine **C** aide ton corps à se défendre contre les maladies, la vitamine **A** t'aide à grandir et est bonne pour ta vue et la vitamine **B** aide ton corps à bien fonctionner.

Les fruits sont également riches en eau et permettent à ton corps de s'hydrater. Source de fibres, ils participent au bon fonctionnement de ton tube digestif.

Enfin ils sont riches en glucides (sucres) qui servent de carburant pour ton cerveau et pour tes muscles.

Tous nos plats sont susceptibles de contenir les 14 allergènes suivants : céréales contenant du gluten (seigle, blé, orge, avoine, épeautre, kamut), crustacés, œufs, poissons, arachides, soja, lait, fruits à coque, céleri, moutarde, sésame, anhydride sulfureux et sulfites, lupin et mollusques.