



S07	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi Repas végétarien
Entrée 	-	Salade pastourelle vinaigrette	Taboulé	Salade verte iceberg	-
Plat Principal 	Knacks de volaille	Poisson pané	Sauté de veau sauce charcutière	Coquillettes aux dés de jambon*	Picoussel
Légume/Féculent 	Purée de pommes de terre	Carottes bio persillées	Petits pois	SP : Coquillettes bio aux dés de volaille	Haricots verts bio persillés
Produit laitier 	Cantal	-	-	Yaourt fermier nature sucré	Edam
Dessert 	Liégeois chocolat	Fruit	Purée de fruits du chef	-	Fruit

Légende

Produit issu de l'agriculture biologique

Produit local / circuit court

Viande Française

Pêche responsable

Région Ultrapériphérique

Indication d'origine protégée

Appellation d'origine contrôlée

Recette du Chef



Issus du commerce équitable



Certifications environnementales



SP : Sans Porc

* Présence de porc

Choix de la semaine :

- Entrée : Potage de légumes
- Légumes : Purée de céleri

Les groupes alimentaires

Fruits et Légumes

Viandes, poisson œufs

Féculents

Matières grasses

Produits laitiers

Produits sucrés

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.

Le savais-tu ?

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 verts sont à consommer sans modération !

