

S48	Lundi	Mardi Repas biologique
Entrée	Tarte butternut comté	Salade de pois chiches bio au cumin
Plat Principal	Sauté de dinde sauce aux champignons	Sauté de bœuf bio sauce miron
Légume/Féculent	Haricots verts	Carottes persillées bio
Produit laitier	Carré de l'Est (coupe)	Chanteneige bio
Dessert	Fruit	Fruit bio

Jeudi Repas végétarien	Vendredi
Salade coleslaw	Macédoine de légumes bio
Chili sin carne	Dos de colin pané
Riz bio	Purée de potiron
Yaourt fermier abricot	Edam
Galette bretonne	Purée de fruits du chef

Légende

Produit issu de l'agriculture biologique

Produit local

Viande Française

Pêche responsable

Région Ultrapériphérique

Indication d'origine protégée

Appellation d'origine contrôlée

Recette du Chef

Issus du commerce équitable

Certifications environnementales

* Présence de porc

Repas sans viande :

- Lundi : Tomates farcies végétales
- Mardi : Boulettes de pois chiches
- Mercredi : Gratin de coquillettes au saumon

Repas sans porc :

- Mercredi : Gratin de coquillettes

Le savais-tu ?

Le Potiron

Le potiron est un légume de la famille des cucurbitacées. De 1 à 5kg, il présente une écorce de couleur rouge brique, rose ou encore orangé. Sa chair, jaune et farineuse, a la saveur de la châtaigne. Symbole d'automne, ce légume est originaire d'Amérique du Sud.

Ses couleurs, sa forme et ses saveurs se marient à merveille avec tous les plats, et les enfants l'adorent !

Les groupes alimentaires

Fruits et Légumes

Viandes, poisson, œufs

Féculents

Matières grasses

Produits laitiers

Produits sucrés