



Menus M.J.C.

Végétarien



Semaine 17	Lundi 22 avril	Mardi 23 avril	Mercredi 24 avril	Jeudi 25 avril	Vendredi 26 avril
Entrée	Céleri remoulade, mayonnaise bio	Betteraves crues, mimosa bio	Mâche, poivrons jaunes	Tomate, ciboulette du jardin	Rillettes de sardines, biscotte
Plat protidique	Cœur de veau sauce moutarde	Chili haricots rouges bio	Filet meunière	Rôti de bœuf, ketchup bio	Palette de porc
Origine viande, poisson, œuf			Atlantique		
Légume	Haricots beurre et plats persillés	Blé et boulgour bio	Pomme de terre beurre persillé	Mélange céréales bio	Petit pois carottes bio
Fromage ou produit laitier	Tomme des Charentes bio	Tomme blanche	Tomme des Charentes bio	Cantal AOP	Edam
Dessert	Pomme bio 	Poire au sirop bio	Quatre quart bio 	Mousse au chocolat bio	Kiwi bio

Equilibre alimentaire

Vitamines, fibres
Féculents
Protéines
Calcium
Lipides
Sucre

