

Menus

« **Bien manger à l'école**
 C'est l'affaire de **ma commune** »



Fruits et légumes frais de saison
 Zone local label Ecocert en cuisine (France)
 Fait maison (produits bruts ou peut transformés)

Semaine 46	Lundi 18/11	Mardi 19/11	Mercredi 20/11	Jeudi 21/11	Vendredi 22/11
Entrée	Chou Chinois bio* aux pommes bio (Vinaigrette à part)	Tartine houmous pois cassés bio	Champignons bio à la crème ciboulette	Endives bio*, mimolette (Vinaigrette à part)	Velouté de légumes bio
Plat protidique	Mignon de veau	Gratin d'épeautre bio	Saucisse de Toulouse	Poisson beurre blanc	Sauté de poulet mariné bio
Origine viande, poisson, œuf		France		Atlantique	
Légume	Haricots beurre	Epinards en béchamel bio	Gratin d'épinards bio	Semoule couscous bio	Polenta crémeuse bio
Produit laitier	Tomme des Charentes bio*	Comté bio*	Crème Anglaise bio	Yaourt aromatisé coco bio	Gouda bio*
Dessert	Crème aux œufs bio	Clémentine bio*	Brownies bio	Abricots secs	Banane bio*
Composition (1)					
Goûter	Lait bio, brioche bio, fruit	Lait bio, moelleux citron, purée de pomme bio		Pain et fromage, fruit	Lait bio, Chocolat bio, fruits secs

Equilibre alimentaire

- Vitamines, fibres
- Féculents
- Protéines
- Calcium
- Lipide
- Sucre

