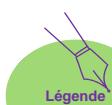




Menus du 01 au 05 décembre 2025

S49	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi Repas bio végétarien	Vendredi
<i>Entrée</i>	-	Carottes râpées bio vinaigrette	-	Salade verte bio	-
<i>Plat Principal</i>	Steak de veau sauce forestière	Knack de volaille	Blanquette de poulet	Tortellini bio ricotta épinards	Poissonnette panée et citron
<i>Légume/Féculent</i>	Brocolis	Lentilles	Torsades		Haricots verts persillés
<i>Produit laitier</i>	Yaourt nature sucré	-	Tartare nature	Yaourt aux fruits bio	Yaourt myrtille
<i>Dessert</i>	Fruit	Liégeois au chocolat	Purée de fruit	-	Fruit



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

Issu du commerce équitable

Certifications environnementales

Repas sans viande :

- Lundi : Palet pois blé
- Mardi : Cari de lentilles au potiron
- Mercredi : Colin sauce au beurre blanc

Choix de la semaine :

- Entrée : Potage de légumes
- Légumes : Epinards à la crème



Le savais-tu ?



La carotte est le deuxième légume le plus consommé en France.

Elle possède de nombreuses vertus. Elle est source de vitamines qui favorisent la bonne santé de nos muscles et de notre peau.

Il en existe plusieurs variétés : blanche, violette, jaune ou orange, les goûts changent selon les couleurs.

Plus la couleur de la carotte est foncée, plus ses propriétés nutritives sont intéressantes.



Les groupes alimentaires

