



s23	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeu	Vendredi
Entrée	Salade de bié basilic vinaigrette	Salade de lentilles	Salade de tomates	/	/
Pât Principal	Cordon bleu	Paupiette de veau sauce provençale	Couscous de boulettes de bœuf	Chili végétarien	Thon à la Sicilienne
Légume/Protéinant	Brocolis à la béchamel	Courgettes	Semoule	Riz bio	Torsades et emmental râpé
Produit laitier	Suisse aux fruits bio	/	/	Yaourt nature bio + sucre	Emmental à la coupe
Dessert	/	Fruit	Purée de fruits	Fraises + sucre	Liégeois chocolat
Galette	Biscuit fourré chocolat Fruit	Fromage Pain Jus de fruits	Fromage Pain Compote à boire	Fromage Pain Compote à boire	Brioche

Légende

- Produit issu de l'agriculture biologique
- Produit local / circuit court
- Viande Française
- Filière maritime engagée
- Région Ultrarégionnelle
- Indication géographique protégée
- Appellation d'origine contrôlée
- Recette du Chef
- Issus du commerce équitable
- Certifications environnementales

Les groupes alimentaires

- Fruits et Légumes
- Viandes, poissons, 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, kamuti), crustacés, œufs, poissons, arachides, soja, lait, fruits à coque, céleri, moutarde, sésame, anhydride sulfureux et sulfites, lupin et moutarde.

Le savais-tu ?

La richesse des fruits
 Les fruits regorgent de vitamines ! Elles sont essentielles aux cellules de ton corps pour bien fonctionner. Ainsi, la vitamine C aide ton corps à se défendre contre les maladies, la vitamine A t'aide à grandir et est bonne pour la vue et la vitamine B aide ton corps à bien fonctionner. Les fruits sont également riches en eau et permettent à ton corps de s'hydrater. Source de fibres, ils participent au bon fonctionnement de ton tube digestif. Enfin ils sont riches en glucides (sucres) qui servent de carburant pour ton cerveau et pour tes muscles.

