



S41	Lundi Repas végétarien	Mardi	Mercredi	Jeudi Repas biologique	Vendredi
Entrée 	Salade pastourelle	Taboulé	Carottes râpées	Salade verte bio	Salade de blé à la provençale
Plat Principal 	Pizza des Cîmes (Pomme de terre et fromage à raclette)	Escalope viennoise	Poulet basquaise	Gratin de coquillettes bio aux dés de jambon*	Colin poêlé au beurre
Légume/Féculent 	Haricots verts	Petits pois	Riz		Chou-fleur béchamel
Produit laitier 	Tartare nature	Emmental (coupe)	Yaourt aromatisé	Yaourt nature sucré bio	Saint Nectaire
Dessert 	Fruit	Purée de fruits	Gaufre	Fruit bio	Mousse au chocolat bio

Légende

Produit issu de l'agriculture biologique

Produit local

Viande Française

Pêche responsable

* Présence de porc

Région Ultrapériphérique

Indication d'origine protégée

Appellation d'origine contrôlée

Recette du Chef

Issus du commerce équitable

Certifications environnementales

Repas sans viande :

- **Mardi** : Escalope panée végétale
- **Mercredi** : Colin à l'aneth
- **Jeudi** : Gratin de coquillettes au saumon

Repas sans porc :

- **Jeudi** : Gratin de coquillettes aux dés de volaille

Choix de la semaine :

- **Entrée** : Betteraves
- **Légumes** : Carottes vichy



Le **petit pois**, aussi appelé pois potager, est l'un des plus vieux légumes cultivés en Europe et en Asie. Vert et croquant, il a un goût légèrement sucré, pourtant on ne le mange quasiment que dans des préparations salées. Connu cuit dans les plats traditionnels, le petit pois se déguste aussi cru comme une gourmandise. Il en existe deux variétés : à écosser et mange-tout. Le petit pois est concentré en fibres, en protéines et en vitamines B.



Les groupes alimentaires

Fruits et Légumes

Viandes, poisson œufs

Féculents

Matières grasses

Produits laitiers

Produits sucrés