



S07	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi Repas végétarien
<b>Entrée</b> 	Radis beurre	Salade pastourelle vinaigrette	<b>PIQUE NIQUE DE LA MAISON POUR TOUS</b>	Salade verte iceberg	Salade de riz bio à la provençale
<b>Plat Principal</b> 	Knacks de volaille SV : Nuggets de blé	Poisson pané		Coquillettes aux dés de jambon* SP : Coquillettes bio aux dés de volaille SV : Coquillettes au saumon	Picoussel
<b>Légume/Féculent</b> 	Purée de pommes de terre	Carottes bio persillées			Haricots verts bio persillés
<b>Produit laitier</b> 	Cantal	Coulommiers bio (coupe)		Yaourt fermier nature sucré	Edam
<b>Dessert</b> 	Liégeois chocolat	Fruit		Moelleux citron	Fruit

**Légende**

Produit issu de l'agriculture biologique

Produit local / circuit court

Viande Française

Pêche responsable

Région Ultrapériphérique

Indication d'origine protégée

Appellation d'origine contrôlée

Recette du Chef



Issus du commerce équitable



Certifications environnementales

SV / SP : Sans viande / Sans Porc

\* Présence de porc

**Choix de la semaine :**

- Entrée : Potage de légumes
- Légumes : Purée de céleri

**Les groupes alimentaires**

Fruits et Légumes

Viandes, poisson 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, kamut), crustacés, œufs, poissons, arachides, soja, lait, fruits à coque, céleri, moutarde, sésame, anhydride sulfureux et sulfites, lupin et mollusques.

Le savais-tu ?

Les **légumes verts** sont très riches en vitamines, minéraux et fibres. Ils sont de véritables alliés au quotidien, en plus de joliment colorer nos assiettes. Ils stimulent l'organisme et aident à prévenir certaines maladies.

A noter que, d'un point de vue nutritionnel, la formule "légumes verts" ne signifie pas de couleur verte mais légumes frais, à la différence des légumes secs comme les légumineuses (lentilles, fèves, pois chiches, etc ...).

Brocolis, poivrons, courgettes, carottes ... peu importe la couleur, les légumes verts sont à consommer sans modération !

