



S23	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi Repas végétarien	Vendredi				
Entrée 	Salade de blé basilic vinaigrette	Salade de lentilles	PIQUE NIQUE DE LA MAISON POUR TOUS	Betteraves bio	Salade iceberg				
Plat Principal 	Cordon bleu SV : Cubes de colin panés	Paupiette de veau sauce provençale SV : Colin sauce ciboulette		PIQUE NIQUE DE LA MAISON POUR TOUS	Chili végétarien	Thon à la Sicilienne			
Légume/Féculent 	Chou-fleur à la béchamel	Courgettes			PIQUE NIQUE DE LA MAISON POUR TOUS	Riz bio	Torsades		
Produit laitier 	Suisse aux fruits bio	Tartare nature				PIQUE NIQUE DE LA MAISON POUR TOUS	Yaourt fermier nature bio et sucre	Emmental (coupe)	
Dessert 	Fruit	Fruit					PIQUE NIQUE DE LA MAISON POUR TOUS	Fraises et sucre	Liégeois chocolat

Légende

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

Choix de la semaine :

- Entrée : Macédoine
- Légumes: Purée de carottes

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 ta 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.

Les groupes alimentaires



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.