



S24	<b>Lundi</b> Repas végétarien	<b>Mardi</b>	<b>Mercredi</b>	<b>Jeudi</b>	<b>Vendredi</b>
<b>Entrée</b>	Salade de pommes de terre <b>mayonnaise</b>	Taboulé	Houmous du chef	Salade de tomates	Concombres bio tzatziki
<b>Plat Principal</b>	Pizza à la grecque	Beignets de calamars à la romaine	Rôti de porc* sauce pesto rosso SP / SV : Omelette	Lasagnes de bœuf SV : Lasagnes ricotta épinards	Poulet bio basquaise SV : Saumon sauce basilic
<b>Légume/Féculent</b>	Carottes vichy	Ratatouille	Haricots beurre persillés	(Plat complet)	Riz bio
<b>Produit laitier</b>	Yaourt fermier vanille	Tomme du trièves bio (coupe)	Petit suisse sucré	Petit Louis	Tomme noire
<b>Dessert</b>	Fruit bio	Fruit bio	Brownie	Mousse au chocolat	Purée de fruits

**Légende**

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

**Le savais-tu ?**

Le riz est une céréale de la famille des graminées. L'origine du riz est très ancienne, puisqu'il est consommé depuis plus de 5000 ans. Aujourd'hui encore, il s'agit de la denrée alimentaire de base de près de la moitié de la population mondiale.

Il en existe plusieurs variétés : riz blanc, riz rond, riz basmati, riz noir, etc ....

Le riz est très intéressant sur un plan nutritionnel car source de glucides complexes et de protéines et pauvre en matières grasses.

**Les groupes alimentaires**

Choix de la semaine :

- Entrée : Macédoine
- Légumes: Purée de carottes

Fruits et Légumes
Viandes, poisson œufs
Féculents
Matières grasses
Produits laitiers
Produits sucrés