

Menu de la semaine

Semaine 50 (A) : du 10 au 14 Décembre 2018

	Petit Déjeuner	Déjeuner	Dîner									
Lundi 10	Lait/Café/Chocolat Yaourt/Céréales/Fruit Jus d'oranges ou pommes Confiture - Miel	Concombre - Maïs - Carottes Paupiette de veau ou Sauté de dinde Petits pois carottes Fromage ou Yaourt Fruit	Lentilles en salade Escalope viennoise Semoule Entremets ou Yaourt Fruit									
Mardi 11	Lait/Café/Chocolat Yaourt/Céréales/Fruit Jus d'oranges ou pommes Confiture - Miel	Entrée chaude ou Crudités Cuisse de poulet ou Filet de dinde Purée Fromage ou Yaourt Fruit	Macédoine au thon ou Maquereau à la moutarde Omelette aux lardons Pâtes Mousse fraise Fruit									
Mercredi 12	Lait/Café/Chocolat Yaourt/Céréales/Fruit Jus d'oranges ou pommes Confiture - Miel	Salade au crabe - Pamplemousse Rôti de porc - Brochette de volaille Frites Fromage ou Yaourt Fruit	Taboulé - Crudités Boulette de bœuf Haricots verts Fromage blanc Fruit									
Jeudi 13	Lait/Café/Chocolat Yaourt/Céréales/Fruit Jus d'oranges ou pommes Confiture - Miel	Salade piémontaise - Tomate feta Bœuf bourguignon ou Steak haché Printanière de légumes Panna Cotta ou Yaourt Fruit	Choux panachés Poisson pané - Citron Riz Crème dessert ou Yaourt Fruit									
Vendredi 14	Lait/Café/Chocolat Yaourt/Céréales/Fruit Jus d'oranges ou pommes Confiture - Miel	Terrine de légumes - Mousse de foie Dos de colin ou Filet de lieu Blé Fromage ou Yaourt Pâtisserie	<table border="1"> <thead> <tr> <th colspan="3">Fruits locaux</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Kiwi Très riche en vitamine C Source de vitamine B9 et de cuivre Bon pour la vitamine E</td> <td>Pêche Riche en fibre Riche en polyphénols Source de cuivre, vitamine C et K</td> <td>Pomme Riche en acides chlorogéniques : polyphénols Quercétine Riches en fibres : pectines</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table>	Fruits locaux			Kiwi Très riche en vitamine C Source de vitamine B9 et de cuivre Bon pour la vitamine E	Pêche Riche en fibre Riche en polyphénols Source de cuivre, vitamine C et K	Pomme Riche en acides chlorogéniques : polyphénols Quercétine Riches en fibres : pectines			
Fruits locaux												
Kiwi Très riche en vitamine C Source de vitamine B9 et de cuivre Bon pour la vitamine E	Pêche Riche en fibre Riche en polyphénols Source de cuivre, vitamine C et K	Pomme Riche en acides chlorogéniques : polyphénols Quercétine Riches en fibres : pectines										
												

SOUS RESERVE D'APPROVISIONNEMENT NORMAL



EREA
Jean d'Orbestier



La Gestionnaire
Elisabeth DEMAN



Le Directeur
Nathanaël RABALLAND