

MENU DU 28 SEPTEMBRE AU 2 OCTOBRE

Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

Déjeuner

Salade de pomme de terre et maïs



Choux fleur



Buffet de crudités



13

Pizza 4 fromages



5

6

Potage de légumes



2

6

Carottes râpées



Omelette



6

10

13

Roti de Porc au jus



2

Merlu à la provençale



11

13

Boeuf Goulash



6

Godiveau



Haricots blancs à la tomate



Haricots beurre



6

Riz Créole



Pomme de terre boulangère



6

Purée de butternut



6

Emmental

6

Fromage du jour

6

Cantal



6

Fromage blanc

6

banane



Gâteau à la banane mystère



5

6

10

13

Compote

Fruit de saison



Fruit de saison



Le saviez-vous ?

Quelle est la quantité moyenne d'aliments jetés par habitant et par an en France ?
Réponse : 61 kg de déchets alimentaires dont 19 kg de nourriture encore comestible

MENU DU 5 AU 9 OCTOBRE

Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

Déjeuner

Potage de légumes



Concombres vinaigrette



9

14

Perle Marine



5

10

11

Tomates



Salade de betteraves



13

Jambon cuit

Poisson en sauce



6

11

Sauté de Veau



Couscous végétarien



5

Steak haché



Riz Créole



Purée de carottes



6

Haricots verts et
champignons



Pommes de Terre Sautées



6

Emmental



6

KIRI



6

Yaourt nature



6

Petit suisse



6

Tomme



6

Fruit de saison



Clafoutis (copie)



5

6

10

Fruit de saison



Fruit de saison



Le saviez-vous ?

Une des particularités de la cuisine de l'île de la Réunion est d'associer les « grains » avec le riz : les grains sont des légumes secs comme les lentilles ou les pois du Cap. Les « grains » apportent des protéines végétales et permettent de réduire la portion de viande du plat. C'est bon pour la planète et pour ta santé !