



Légumes et Fruits cuits / Légumes et Fruits crus : Bon fonctionnement et protection de ton organisme	Produits Laitiers, Desserts lactés : Consolide ton squelette et tes dents
Viandes, Poissons, Œufs : Indispensable pour ta croissance	Féculeux : Energie cérébrale et musculaire



PLAT VEGETARIEN



NOUVELLE RECETTE



PRODUIT DE SAISON



CUISINE MAISON

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Hors d'œuvre	Concombre vinaigrette			Carottes râpées au citron	Duo de tomate et concombre
Plat protidique	Boules de bœuf à l'orientale	Rissolette de porc		Sauce bolognaise vegetale	Quenelles de poisson sauce nantua
Accompagnement	Purée	Epinard à la crème		Sphaghettis	Riz créole
Fromage ou laitage	Camembert (à couper par vos soins)	Edam		Tartare	Carré fondu
Dessert	Crème dessert vanille	Fruit		Fruit	Crème dessert au chocolat