



Semaine 26
(5é.)



Entrée

Plat principal

Légume Féculent

Produit laitier

Dessert



Lundi

Tomate

Haché de bœuf
sauce ketchup

Haricots blancs

Verre
de lait



Galettes aux pépites de
chocolat

Mardi

Melon

Filet de poisson
meunière**

Julienne de légumes aux
brocolis

Eclair au chocolat

Mercredi

Radis beurre

Spaghettis

bolognaise*

Yaourt aromatisé

Compote

Jeudi

Carottes râpées Florida

Jambon grill
sauce agenaise

Purée

Gouda

Abricots au sirop

Vendredi

Crêpe jambon fromage

Marengo de volaille

Haricots verts extra fins

Fruit de saison

* Plats composés
** Sans sauce



Nouveauté



Nos approvisionnements sont issus majoritairement des régions Bretagne et Pays de la Loire

Nos salades

Carottes râpées Florida: carottes, ananas, raisins secs,
vinaigrette



Quelques conseils contre le gaspillage alimentaire

- N'ayez pas les yeux plus gros que le ventre.
- Ne confondez pas la date de péremption et la date limite de consommation.
- Achetez les fruits et légumes en petites quantités
- Cuisinez les restes
- Lancez-vous dans la conserve ou congelez
- Organisez votre frigo
- Faites l'inventaire de votre frigo et de vos armoires à victuailles avant vos achats
- Rédigez votre liste de courses et menu évite les achats impulsifs
- Adaptez les quantités achetées au besoin de votre famille



Les groupes
d'aliments :

Fruits et
légumes

Viandes,
poissons
œufs

Matières
grasses
cachées

Céréales,
légumes
secs

Produits
laitiers

Produits
sucrés