

Semaine 26
(5é.)



Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi



Vendredi

Entrée

Tomate

Melon

Radis beurre

Carottes râpées

Concombres vinaigrette

Plat principal



Steak haché sauce ketchup

Filet de poisson meunière**



Spaghettis

Jambon grill sauce agénaise

Marengo de volaille

Légume Féculent

PDT noisettes



Poêlée de légumes

bolognaise*

Purée

Haricots verts extra fins

Produit laitier



Verre de lait

Yaourt aromatisé

Coulommiers

Dessert

Galettes aux pépites de chocolat

Eclair au chocolat

Abricots au sirop



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 évitez 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

