



Semaine du 20 au 24 octobre

Lundi Mardi



Carottes râpées

Quenelle de brochet sauce citron, riz et choux de Bruxelles

Yaourt nature et son coulis de coing

Gouter:

Pain (ch), fromage fruit



Houmous et pain (ch)

Cannelloni de légumes grillés, sauce tomate et grana râpé

poire

Gouter:

Cake à la noix de coco jus de fruits



Mêlée du marché

Moussaka de boeuf / agneau (ch/irl)
(aubergine, pomme de terre, béchamel)

Compote de fruits frais sans sucre ajouté

Gouter:

Gougère au fromage Fruit



Salade et betteraves

Chachouka aux oeufs (ch) boulgour et légumes orientaux

Yaourt nature et son coulis de fruits des bois

Gouter:

Pain (ch), confiture, Fruit



selon les critères du label fait maison, exceptés ceux signalés par une *

En rouge les desserts contenant plus de 5% de sucre ajouté

Mercredi

jeudi

Potage de légumes

Sauté de porc (ch) aux câpres, pâtes et purée de courgette

Salade de fruits frais

Gouter:

Génoise roulée au séré et cacao Fruit



Vendredi

