

repas semaine N°02 - Validés par une diététicienne

lundi 9 janvier 2023

Escalope de poulet à la moutarde

Purée de courge

tomme blanche

Compote sans sucre



mardi 10 janvier 2023



Rapé de carottes à l'orange

Filet de poisson façon meunière

Chou fleur gratiné

Tarte au pomme

Ecoles 4 éléments



Légende

Vert : crudités

Violet : cuitités

Marron : féculents

Rouge : protéines

Bleu : produit laitier

jeudi 12 janvier 2023



salade verte / mimolette



Dahl de lentilles / riz au lait de coco

0

Petit suisse aux fruits

Orange

vendredi 13 janvier 2023



Bœuf bourguignon

Pâtes



Yaourt fermier aromatisé

Salade de fruits

produits locaux 



produits français

produits ardéchois 



produits régionaux



produits bio