



Centre de loisirs sans viande - Déjeuner

Du 25 déc. au 31 déc.

Du 01 janv. au 07 janv.

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENREDI

Betteraves en salade
Chili végétarien
Riz **BIO**
Fraidou
Compote de pommes bananes



Salade de haricots verts **BIO**
Pois chiches et légumes couscous
Semoule **BIO**
Fromage blanc nature
Fruit de saison



Pizza au fromage
Filet de colin sauce citron
Epinards hachés **BIO**
Camembert **BIO**
Fruit de saison



Salade de pâtes **BIO**
Nuggets végétal
Choux fleurs persillés
Saint nectaire
Compote de pommes bananes



Velouté de légumes du chef
Lasagnes ricotta épinards
Fourme d'Ambert AOP
Flan vanille



Macédoine mayonnaise
Quenelles sauce aurore
Riz **BIO**
Cantal AOP
Flan chocolat



Taboulé **BIO** du chef
Filet de lieu sauce ciboulette
Carottes persillées
Petit suisse aromatisé
Gâteau au yaourt du chef



Salade verte **BIO**
Poisson pané
Purée de courges
Yaourt aromatisé
Gâteau basque



La PYRAMIDE ALIMENTAIRE



Les 7 grandes familles alimentaires :

L'eau
Les céréales
Les fruits et légumes
Les laitages
La viande, le poisson, les œufs
Les matières grasses
Les sucreries

