

Le Puy Ste Réparade

Menus du Lundi 17 au Vendredi 21 Mars 2025



Semaine
12



Lundi 17/03

Repas biologique

Mardi 18/03

Jeudi 20/03



Vendredi 21/03

Repas végétarien

Entrée

Plat principal

Légume Féculent

Produit laitier

Dessert

Taboulé bio

Emincé de poulet bio à la moutarde

Haricots verts bio persillés

Vache qui rit bio

Fruit bio

Macédoine de légumes mayonnaise

Dos de colin d'Alaska pané et citron

Purée de brocolis

Saint Nectaire

Pêche au sirop

Carottes râpées



Gratin de pommes de terre cubes jambon blanc et fromage à raclette*

Flan vanille nappé caramel

Pizza au camembert

Omelette

Epinards à la crème

Yaourt sucré

Fruit

Les groupes d'aliments

Fruits et légumes

Matières grasses

Viandes, poissons œufs

Féculents

Produits sucrés

Produits laitiers

Repas de substitution :

- Lundi : Hoki à la crème
- Jeudi : Colin en papillote + gratin de pommes de terre à la raclette

Présence de porc signalée par *

« Charlotte, le carotte » t'informe :

La carotte est le deuxième légume le plus consommé en France.

Sais-tu pourquoi dit-on que la carotte rend aimable ? Car autrefois, on s'en servait pour faire avancer les ânes. C'est la friandise favorite de cet animal extrêmement têtu qui peut le rendre, soudainement, obéissant et...aimable.

Mais la carotte possède bien d'autres vertus et nous en fait voir de toutes les couleurs !

Blanche, violette, jaune, rouge...

la carotte n'a pas toujours été orange, et les goûts changent selon les couleurs.

Plus la couleur de la carotte est foncée, plus ses propriétés nutritives sont intéressantes.



Légende :

Produit issu de l'agriculture biologique

Produit de saison

Produit local

Dessert du chef

Choix de la semaine

Entrée : Potage de légumes
Légume : Chou-fleur

