



S40	Lundi 28/09	Mardi 29/09	Jeudi 01/10	Vendredi 02/10
Entrée 	Macédoine de légumes bio vinaigrette	Salade de pommes de terre mayonnaise	Crêpe au fromage	Salade verte iceberg
Plat Principal 	Knacks de volaille Origine UE SV : Boulettes aux pois chiches bio	Poisson pané et citron	Omelette	Bolognaise de bœuf bio Origine France
Légumes Féculents 	Purée de carottes bio	Epinards à la béchamel	Ratatouille bio	Pennes bio et fromage rapé
Produit laitier 	Petit moulé nature	Carré de l'Est (coupe)	Yaourt fermier vanille	Le Carré président
Dessert 	Fruit	Semoule au lait	Fruit	Purée de fruits bio

« Les menus sont à titre indicatif et sont susceptibles d'être modifiés »

Légende

- Produit issu de l'agriculture biologique
- Produit local / circuit court
- Viande Française
- Filière marine engagée
- * Présence de porc
- Région Ultrapériphérique
- Indication géographique protégée
- Appellation d'origine contrôlée
- Recette du Chef
- SV : Sans viande
- Issus du commerce équitable
- Certifications environnementales

Les groupes alimentaires



La richesse des fruits
Les fruits regorgent de vitamines !

Elles sont essentielles aux cellules de ton corps pour bien fonctionner. Ainsi, la vitamine C aide ton corps à se défendre contre les maladies, la vitamine A t'aide à grandir et est bonne pour ta vue et la vitamine B aide ton corps à bien fonctionner.

Les fruits sont également riches en eau et permettent à ton corps de s'hydrater. Source de fibres, ils participent au bon fonctionnement de ton tube digestif. Enfin ils sont riches en glucides (sucres) qui servent de carburant pour ton cerveau et pour tes muscles.