



**DÉFI
ASSIETTES
VIDES**

Semaine du 21 au 25 novembre

Lundi

Salade de betteraves vinaigrette
Chou rouge râpé
Céleri rémoulade
Poisson sauce aurore
Blé
Ratatouille
Yaourt ou fromage
Fruits de saison



*1, 2 tranches de pain,
on prend juste ce dont
on a besoin !*

Mardi

Friand au fromage
Œuf mayonnaise
Émincé de bœuf au curry
Semoule et lentilles corail
au lait de coco et curry
Yaourt ou fromage
Salade de fruits
Fruits de saison



*On finit notre
assiette, on n'en laisse
pas une miette !*

Jeudi

Salade fraîcheur
(maïs, tomates, cœurs de palmiers, pousses de soja)
Carottes râpées
Spaghettis
Sauce aux petits légumes
Yaourt ou fromage
Flan aux abricots
Flan pâtissier



*Si on n'est pas
sûr d'aimer, on en
prend juste un peu
pour goûter !*



Vendredi

Taboulé
Salade de riz, maïs et surimi
Gnocchi
Sauté de volaille sauce forestière
Frites
Haricots verts
Yaourt ou fromage
Compote

*La nourriture
n'est pas destinée à
finir à la poubelle !*



Codes couleurs : (pour les aliments composés, couleur du groupe majoritaire)

Viandes, poissons, œufs / Féculents / Fruits et légumes / **Matières grasses** / Produits laitiers / **Produits sucrés**

La Principale : Nathalie LARROZE-JARDINÉ

La Gestionnaire Adjointe : Catherine CAILLON



Pour celles et ceux qui ne mangent pas de viande, possibilité de prendre 2 entrées.
Des modifications sont susceptibles d'intervenir en fonction des livraisons.

