



Semaine 43

Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

Les groupes
 d'aliments

Entrée

Plat principal

Légume Féculent

Produit laitier

Dessert

Salade de blé tex mex

Aiguillettes de poulet à la toscane

Carottes sautées Produit de saison

Suisse aromatisé

Mini roulé au chocolat

Salade de tomates Produit de saison

Cassolette de poisson aux pommes de terre

Samos

Fruit Produit de saison

Céleri rémoulade Produit de saison

Tomate farcie

Semoule

St Paulin

Fruit Produit de saison

Betteraves à la ciboulette Produit de saison

Fréginat*

Haricots blancs

Bûche de chèvre (lait mélangé)

Fruit Produit de saison

Crêpe au fromage

Poisson pané

Gratin de chou-fleur Produit de saison

Yaourt aromatisé

Gâteau basque

Fruits et légumes

Viandes, poissons œufs

Céréales, légumes secs

Matières grasses cachées

Produits laitiers

Produits sucrés

Repas sans viande :

Lundi : Quenelles à la toscane
 Mercredi : Colin sauce tomate
 Jeudi : Omelette

Repas sans porc :

Présence de porc signalée par *

Jeudi : Fréginat de volaille



« Hervé, l'ail frais » t'informe :

Ce jeudi, direction la région de l'Aude et leur spécialité culinaire, le Fréginat...

Le fréginat, ou "fricassée", est un plat composé d'oignons, de tomates, d'épices, de viandes, accompagné d'haricots blancs.

A l'origine, les villageois du massif des Corbières, le cuisinaient avec du sanglier.

Mais, de nos jours c'est le porc qui est privilégié.

Bonne dégustation !



Choix de la semaine

Entrée : Salade de lentilles
 Légume : Haricots verts persillés

Origine de nos viandes bovines

- Boeuf : Union Européenne
 - Veau : France

