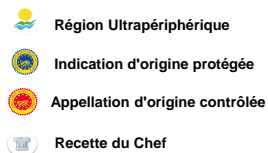
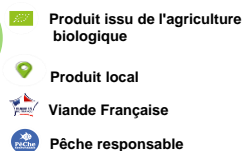




S49	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi Repas bio végétarien	Vendredi
<b>Entrée</b> 	-	Carottes râpées bio vinaigrette		Salade verte bio	-
<b>Plat Principal</b> 	Steak de veau sauce forestière	Knack de volaille		Tortellini bio ricotta épinards	Poissonnette panée et citron
<b>Légume/Féculent</b> 	Brocolis	Lentilles		Yaourt aux fruits bio	Haricots verts persillés
<b>Produit laitier</b> 	Yaourt nature sucré	-		-	Yaourt myrtille
<b>Dessert</b> 	Fruit	Liégeois au chocolat		-	Fruit

**Légende**



\* Présence de porc

**Repas sans viande :**

- Lundi : Palet pois blé
- Mardi : Cari de lentilles au potiron

**Choix de la semaine :**

- Entrée : Potage de légumes
- Légumes : Epinards à la crème



La carotte est le deuxième légume le plus consommé en France. Elle possède de nombreuses vertus. Elle est source de vitamines qui favorisent la bonne santé de nos muscles et de notre peau. Il en existe plusieurs variétés : blanche, violette, jaune ou orange, les goûts changent selon les couleurs. Plus la couleur de la carotte est foncée, plus ses propriétés nutritives sont intéressantes.



**Les groupes alimentaires**

Fruits et Légumes

Viandes, poisson, œufs

Féculents

Matières grasses

Produits laitiers

Produits sucrés