Menus du 11 au 15 novembre 2019

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Lundi 11 | Mardi 12 – Menu « végé » | Jeudi 14 | Vendredi 15 |
| Férié | Salade verte j  Gratin de quenelles et fondue de poireaux b  Reblochon b  Résultat de recherche d'images pour "feuille automne image"Pomme cuite  Pain c | Tomates vgte a j  Bœuf bourguignon c j n  Polenta b  Petits suisses nature b  Résultat de recherche d'images pour "feuille automne image"Fruit de saison  Pain c | Résultat de recherche d'images pour "feuille automne image"Endives vgte j  Aïoli a e j  Coulommiers b  Tiramisu a b c m n  Pain c |

Les fruits et légumes : source de glucides, minéraux, vitamines, fibres

Les produits laitiers : source de protéines, calcium, vitamines

Les féculents : source de glucides complexes, protéines, vitamines, fibres

Viande, poisson, œuf : source de protéines, lipides, vitamines, fer

Produit de saison



Les 14 allergènes à déclaration obligatoire (règlement INCO 1169-2011) :

a Œufs d Arachide g Mollusques j Moutarde m Fruits à coque

b Lait e Poisson h Lupin k Soja n Anhydride sulfureux sulfites

c Gluten f Crustacés i Céleri l Sésame