Menus du 16 au 20 décembre 2019

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Lundi 16 | Mardi 17 | Jeudi 19 – Repas « végé » | Vendredi 20 – Repas de Noël |
| [Résultat de recherche d'images pour "feuille automne image"](https://www.google.fr/url?sa=i&rct=j&q=&esrc=s&source=images&cd=&cad=rja&uact=8&ved=2ahUKEwieofufjbXdAhXnMewKHcwEDy0QjRx6BAgBEAU&url=https://fr.dreamstime.com/illustration-stock-belle-feuille-de-ch%C3%AAne-d-aquarelle-d-automne-sur-le-fond-blanc-illustration-de-chute-image78399585&psig=AOvVaw2hyzSQmvfVV6-4AhmoL3sZ&ust=1536829245869013)Salade composée b j m  Gâteau de foie a b c j  Riz b  St Félicien b  Liégeois aux fruits b n  Pain c | Carottes râpées j  Poisson en sauce a b c e  [Résultat de recherche d'images pour "feuille automne image"](https://www.google.fr/url?sa=i&rct=j&q=&esrc=s&source=images&cd=&cad=rja&uact=8&ved=2ahUKEwieofufjbXdAhXnMewKHcwEDy0QjRx6BAgBEAU&url=https://fr.dreamstime.com/illustration-stock-belle-feuille-de-ch%C3%AAne-d-aquarelle-d-automne-sur-le-fond-blanc-illustration-de-chute-image78399585&psig=AOvVaw2hyzSQmvfVV6-4AhmoL3sZ&ust=1536829245869013)Gratin de courge a b c  Mimolette b  Crème dessert a b c m  Pain c | Salade de pâtes c j  Omelette a b  Courgettes gratinées b  Fromage blanc b  [Résultat de recherche d'images pour "feuille automne image"](https://www.google.fr/url?sa=i&rct=j&q=&esrc=s&source=images&cd=&cad=rja&uact=8&ved=2ahUKEwieofufjbXdAhXnMewKHcwEDy0QjRx6BAgBEAU&url=https://fr.dreamstime.com/illustration-stock-belle-feuille-de-ch%C3%AAne-d-aquarelle-d-automne-sur-le-fond-blanc-illustration-de-chute-image78399585&psig=AOvVaw2hyzSQmvfVV6-4AhmoL3sZ&ust=1536829245869013)Clémentines  Pain c | Saumon fumé, toasts e c n  Sauté de chapon b j  Pommes dauphines a c  Brie de Meaux b  Chocosphère a b c m  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