Menus du 8 au 12 novembre 2021

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Lundi 8 | Mardi 9 | Jeudi 11 | Vendredi 12 – menu « végé » |
| Croque-monsieur d’aubergines b c j  Chipolatas x 2 d n  Polenta b  Faisselle b  Fruit de saison  Pain c | Salade de pâtes au pesto c j  Poisson pané, citron a c e  Ratatouille b  Reblochon b  Crème dessert a b c m  Pain c | Jour férié | Taboulé c f j  Flan de courgettes a b c  Riz b  Yaourt à la grecque b  Pêche au sirop 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