



Menu MENU PETIT GOURMET pour Primaire semaine n°45 (du 4 au 8 novembre 2024)

	Lundi 4	Mardi 5	Mercredi 6	Jeudi 7	Vendredi 8
	Saucisson sec avec beurre 🥩🧈 Calories ~ 200	Salade libanaise 🥗 Calories ~ 80		Choux rouges vinaigrette 🥗 Calories ~ 90	Salade coleslaw aux carottes bio 🥗 Calories ~ 100
	Steack de merlu sce a l'oseille 🐟🥩🌿 Calories ~ 190	Couscous poulet 🍗🌿 Calories ~ 490		Tarte aux 4 fromages 🧀 Calories ~ 310	Pave de saumon sauce oseille 🐟🌿 Calories ~ 160
	Pommes vapeur du val de loire 🍏🥕 Calories ~ 150			Legumes cordiale 🥕🌿 Calories ~ 60	Torsades bio au beurre 🥞 Calories ~ 200
	Camembert 🧀 Calories ~ 70	Rondele ail et fines herbes 🌿 Calories ~ 60		Petit moule ail et f.herbes 🍷 Calories ~ 60	Kiri 🧀 Calories ~ 70
	Compote de pommes bio 🍏 Calories ~ 100	Tarte ananas coco 🍌🥥 Calories ~ 3240		Quatre quart breton 🍷 Calories ~ 180	Brownies 🍫 Calories ~ 20

Légende : 🥗= Recommandation nutritionniste 🍗🌿= Plat complet (viande + légumes) 🥩= Contient du porc 🧀= Agriculture biologique 🍷= Agriculture maîtrisée ou développement durable 🧀= Contient un ou des allergènes

Descriptions de plats :

Salade libanaise : tomates, concombre, poivrons, ciboulettes, échalotes
 Couscous poulet : poulet, semoule, legumes couscous / volaille française
 Legumes cordiale : carottes, haricots verts, salsifis, oignons
 Salade coleslaw aux carottes bio : carottes BIO rapées, céleri rave, chou blanc, mayonnaise