|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Légendes** |  |  |  |  |  |
| **Semaine 1 du** | **Viande** | **Plat végétarien** | **Marée du jour** | **Viande** | **Plat végétarien** |
| **21/11 au 25/11/22** | **Lundi** | **Mardi** | **Mercredi** | **Jeudi** | **Vendredi** |
| **Crudité** | Carottes râpées au cumin | Salade de tomates | Radis au beurre | Carotte cake | Salade colelaw |
| **Légumes cuit** | Soupe de légumes | Soupe de légumes | Soupe de légumes | Soupe de courge lait de coco et citron vert | Soupe de légumes |
| **Féculent** |  |  |  | Pain de maïs |  |
| **Complémentaire protidique** | Jambon de dinde | Œuf dur mayonnaise | Pâté de campagne |  | Filet de maquereau |
|  |  |  |  |  |  |
| **Viande, Poisson ou Œufs** | Tortellini au bœuf | Quiche aux légumes de saison | Filet de merlu | Sauté de dinde aux canneberges | Hachis parmentier de légumes |
| **Légumes verts** | Potiron rôti | Choux fleurs rôtis | Carotte au jus | Gratin de légumes au fromage | Courgettes rôties au paprika |
| **Féculents** | Ebly à la tomate | Pommes de terre rôties | **Semoule aux épices BIO** | **Patate douce au marshmallows** | Pommes grenailles |
|  |  |  |  |  |  |
| **Produit frais** | Yaourt nature |  |  |  | Fromage blanc |
| **Fromage** |  | Fromage portion |  | Tarte aux pommes façon crumble |  |
| **Fruit cru** | Fruit |  | Fruit | Fruit |  |
| **Fruit cuit** |  | Fruit au sirop |  |  | Compote de fruits |
| **Pâtisserie** |  |  |  |  |  |
| **Entremet** |  |  | Moelleux aux pommes caramel au beurre salé |  |  |