|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **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 |   |   |