



Montans

Lundi

Mardi

Mercredi

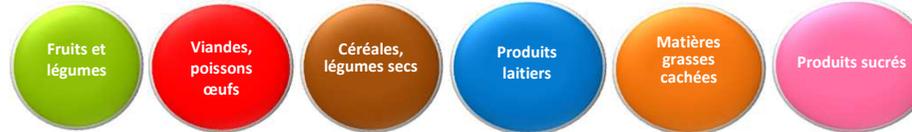
Jeudi

Vendredi

Entrée	Rosette*	Pomme de terre persillade		Carottes rapées	Céleri rémoulade
Plat principal	Sauté de porc au jus *	Filet de volaille au jus		Sauté de bœuf à la catalane	Paella
Légumes Féculents	Blé	Gratin de brocolis		Semoule	***
Produit laitier	Carré président	Tomme noire		Chanteneige	Yaourt sucré
Dessert	Fruit	Compote de pomme		Maestro chocolat	Fruit
Sans viande	Sardines/ Galette végétale	Steak de soja		Œuf dur en sauce	Paella au poisson
Sans porc	Sardines/ Galette végétale				

Les familles d'aliments :

*présence de porc



Nos salades et plats composés:

Blé provençal : blé, poivrons, tomate, vinaigrette

Pomme de terre persillade : pomme de terre, persil, vinaigrette

Paella: riz, fruits de mer, haut de cuisse de poulet, épices

Nos sauces :

Sauce catalane : oignon, fond brun, tomate, ail, herbes de provence

Sauce barbecue : oignons, tomate, sucre, préparation barbecue



Le saviez-vous ?

Notre corps est composé à 60 % d'eau. S'hydrater régulièrement est donc essentiel. Eau du robinet, eau de source, eau minérale, elles sont toutes bonnes et à tout moment de la journée même lorsque l'on n'a pas soif !

