



	lundi 12 décembre	mardi 13 décembre	mercredi 14 décembre	jeudi 15 décembre	vendredi 16 décembre
STP	Carottes râpées BIO	Salade de pois chiches	Endives vinaigrette	Rillettes de saumon sur lit de salade	Taboulé
STP	Jambon blanc VPF	Omelette maison BIO nature	Quenelles BIO fraîches	Menu de Noël Suprême de poulet LR sauce aux marrons et aux Champignons	Filet de lieu sauce basilic
	Choux fleurs béchamel Petit moulé	Purée de potiron maison Camembert	Riz pilaf Yaourt nature BIO	Pommes de terre façon dauphinoise	Brocolis sauté Emmental
	Purée pomme/fraise BIO	Crème caramel	Clémentine	Entremet chocolat + clémentine + Père Noël en chocolat	Poire BIO
	Gouter: Pain + chocolat au lait + lait	Pain + confiture + fruit	Gâteau à l'ananas maison + jus pomme	Pain + petit moulé + jus d'orange	Biscuit Rem + jus de pomme
	lundi 19 décembre	mardi 20 décembre	mercredi 21 décembre	jeudi 22 décembre	vendredi 23 décembre
STP					
STP					
	lundi 26 décembre	mardi 27 décembre	mercredi 28 décembre	jeudi 29 décembre	vendredi 30 décembre
STP					
STP					
	lundi 02 janvier	mardi 03 janvier	mercredi 04 janvier	jeudi 05 janvier	vendredi 06 janvier
STP	Chou chinois BIO vinaigrette	Salade de pâtes tomates olives basilic	Salade verte + croustons	Betteraves vinaigrette	Carottes BIO râpées
STP	Steak haché de bœuf à la provençale	Omelette BIO maison piperade	Chili con carne avec VBF BIO	Sauté de bœuf au paprika	Filet de hoki sauce curry
STP	Gnocchis BIO Tomme grise	Carottes Vichy St Nectaire AOC	Riz Yaourt nature BIO	Semoule Camembert	Choux fleurs persillés Gouda
	Purée de pommes	Liégeois chocolat	Orange	Pomme BIO	Galette des rois
	Lait + pain + chocolat au lait	Pain + petit moulé + jus d'orange	Pain + confiture + jus de pomme	Biscuit de Rem + lait	Madeleine + jus de pomme

les bons conseils d'équilibre

CHOISIS au moins un aliment de chaque couleur

MANGER ÉQUILIBRÉ, C'EST FACILE

fruits et légumes + féculents, céréales et légumes secs + viandes, poissons et œufs + produits laitiers + graisses à petite dose + pain + eau

C'Bon POUR NOUS

