






Menu MENU PETIT GOURMET pour Primaire semaine n°40 (du 2 au 6 octobre 2023)

	Lundi 2	Mardi 3	Mercredi 4	Jeudi 5	Vendredi 6
	Salade mexicaine au maïs bio 🍌🌿🌱🍷 Calories ~ 160	Choux fleur vinaigrette 🍷 Calories ~ 90		Carottes bio rapees vinaigrette 🍌🌿🌱🍷 Calories ~ 120	Salade pipadou 🍷 Calories ~ 110
	Longe de porc de touraine rotie 🍖🌿🌱🍷 Calories ~ 310	Poisson pane citron 🍷 Calories ~ 240		Waterzoï de poulet 🍗🌿🌱🍷 Calories ~ 550	Tarte provencale 🍷 Calories ~ 210
	Duo de chou fleur et brocoli 🍷 Calories ~ 60	Spaghettis 🍷 Calories ~ 200			Fondue de courgettes 🍷 Calories ~ 40
	Chantailou 🍷 Calories ~ 60	Fondu president 🍷 Calories ~ 40		Camembert 🍷 Calories ~ 70	Rondele aux noix 🍷 Calories ~ 60
	Crene dessert au caramel 🍷 Calories ~ 140	Banane 🍷 Calories ~ 140		Gaillardise 🍷 Calories ~ 170	Novly chocolat 🍷 Calories ~ 100

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 mexicaine au maïs haricots rouges, thon, tomates, maïs BIO, poivrons, échalotes
bio :

Longe de porc de touraine viande de porc "Roi Rose de Touraine"
rotie :

Waterzoï de poulet : poulet, pommes de terre, légumes rapés (carottes, céleri rave et poireaux), fond de volaille et crème

Salade pipadou : riz, maïs, carottes, petits pois, poivrons, haricots rouges, céleri

Tarte provencale : Eau, farine de blé, tomates, crème fraîche, aubergines grillées, oeuf, blanc d'oeuf, oignons préfaits, huile de tournesol, poivrons, courgettes, fromage blanc, beurre, lait écrémé en poudre, huile de colza, amidon, sel, ail, basilic, huile d'olive

