

Semaine du 14 au 18 novembre 2022

Les Légumenbuls

Savez-vous que notre cerveau consomme à lui seul 20% de l'énergie fournie à l'organisme par notre alimentation ? Pour bien fonctionner, notre cerveau a besoin de 40 éléments nutritionnels :

15 minéraux et oligo-éléments, 8 acides aminés, 13 vitamines et 4 acides gras. Toute carence de l'un ou l'autre de ces éléments peut altérer le fonctionnement des cellules nerveuses, et par consé-



Lundi

Courgette rémoulade

*Filet de Hoki
à la tomate
Semoule
Carottes*

Chantailou

Compote pomme banane



Mardi

Potage

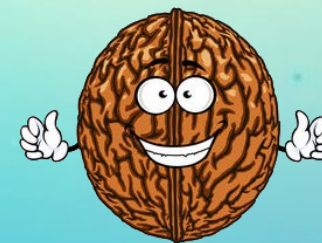
*Sauté de poulet
Riz / Blettes*

Camembert

Ile Flottante



C'est grâce à moi !!
Bon d'accord, il n'y a pas que moi, mais il y aussi tous les légumes, le poisson, la viande, les féculents, les laitages etc....
Mais il y a surtout MOI !!
Et j'en suis fier !



St Georges-Maternelles/CP/CE1

Jeudi

Concombre ciboulette

*Cordon Bleu
Pommes sautées
Haricots verts*

Yaourt nature

Eclair chocolat



Vendredi

Velouté Potiron

*Spaghetti Bolognaise
Spaghetti*

Six de Savoie

Cocktail de fruits



Produit de l'Agriculture Biologique



Recette du Chef



Viande origine France

* à base de porc S/P : sans porc



Végétarien