






SEMAINE DU 6 AU 10 NOVEMBRE 2023

Dénomination	Lundi 6	Mardi 7	Mercredi 8	Jeudi 9	Vendredi 10
 Entrées	Salade betteraves / maïs Ou Rillettes de thon	Soupe de Potiron Ou Salade verte, tomates séchées, croûtons		Salade verte	Saucisson Rosette ou Salade du Chef
 Viande	Raviolis au bœuf sauce tomate	Cuisse de poulet rôti		Burger maison (pain, steak de bœuf, cheddar, tomate, oignon rouge, salade verte)	Poisson à la bordelaise
 Accompagnement	Servis avec emmental râpé	Petits pois / carottes		Frites	Riz pilaf Et Haricots verts
 Laitage	Vache qui Rit	emmental		Yaourt à boire	Fromage blanc
		PAIN		PAIN	PAIN
 Dessert	Compote	Churros Ou Fruit		Clémentines	Fruits au sirop Ou Fruit frais

Fruits et légumes : au moins 5 par jour ; **pains, céréales, pommes de terre et légumes secs** : à chaque repas et selon l'appétit ; **lait et produits laitiers (yaourt et fromages)** : 3 par jour ; **viandes et volailles, produit de la pêche et œufs** : 1 à 2 fois par jour ; **matières grasses ajoutées** : limiter la consommation ; **produits sucrés** : limiter la consommation ; **boissons** : de l'eau à volonté ; **sel** : limiter la consommation.

Un pain de 40 g est à disposition de chaque convive pour accompagner son repas (fabriqué par un artisan boulanger de Conflans).



Agriculture biologique



Label rouge



Haute valeur environnementale



Bleu Blanc Cœur



Pêche durable



IGP (Indication géographique protégée)



AOP (Appellation Origine protégée)

La Gestionnaire

E. DUVAL-RAKOTOFIRINGA

L'Infirmière

A. SABY

La Principale

C. LIMOSINO

Faites de l'activité physique, au moins l'équivalent d'une demi-heure de marche rapide par jour.