



**Lundi**

Salade Marco Polo  
Confit de porc à la moutarde   
Flan de petits légumes  
Emmental  
Fruit 

**Mardi**

Salade coleslaw   
Goulache de bœuf  
Blé  
Petit Louis  
Crème caramel 

**Mercredi** 

**Jeudi**

Brocolis chou fleur vtte  
Paupiette de dindonneau  
Pommes parisiennes  
Bûchette chèvre laits  
mélangés  
Fruit 

**Vendredi**

Salade de mâche aux noix   
Colin meunière  
Courgettes persillées   
Fromage blanc  
Beignet chocolat

● Produits laitiers ● Fruits & légumes ● Viandes Poissons (Œufs) ● Féculents ● Produits sucrés

## L'info de Steeby

Pourquoi boire de l'eau tous les jours ? L'eau est indispensable au bon fonctionnement de notre organisme. Elle représente plus de 60% du poids de notre corps. Or, chaque jour une quantité importante d'eau s'échappe de notre corps (respiration, transpiration, urine...). Ces pertes sont compensées en partie par notre alimentation. Le reste ? C'est l'eau que nous buvons qui nous le procure. C'est pourquoi il est recommandé de boire chaque jour de l'eau à volonté. Attention, la soif est le signe que notre corps manque déjà d'eau...



- Salade Marco Polo : pâtes, surimi, mayonnaise.
- Salade coleslaw : chou, carottes, oignons, sauce rémoulade.
- Pommes parisiennes : petites P de T rondes cuisinées à l'huile d'olive.

Rejoignez-nous sur facebook !  


