



Lundi

Salade fraîcheur
Paleron au jus
Polenta
Petit Cotentin
Mousse vanille au Daim



Mardi

Salade de lentilles vtte
Pizza au fromage
Salade verte
Petit suisse
Fruit




MERCREDI

Jeudi

FERIE

Vendredi

Rillettes de porc
Filet de hoki sauce américaine
Pommes persillées
Vache qui rit
Fraises




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

L'info de Steeby

Pour rester en bonne santé, limiter sa consommation de sucre est essentiel...Faut-il pour autant renoncer à toute gourmandise ? Heureusement non ! Le sucre apporte des calories mais aucun élément favorable à la santé. Consommé en grande quantité, il peut entraîner à long terme des maladies comme le diabète. Le sucre est aussi responsable de l'apparition de caries dentaires. Mais consommés de temps en temps et en quantité raisonnable, les produits sucrés sont compatibles avec une alimentation équilibrée et favorable à la santé !



- Salade fraîcheur : concombre radis, maïs, vtte.
- Pizza au fromage : en barquettes prêtes à servir, riche en fromage (emmental et mozzarella).
- Sauce américaine : à base de bisque de homard et de concentré de tomates.

Rejoignez-nous sur facebook !


