



Lundi

Céleri râpé fromage blanc moutarde ancienne
Sauté de veau marengo
Choux fleurs vapeur
Yaourt local sucré
Crumble aux pommes



Mardi

Terrine de porc maison
Bleu Blanc Cœur
Boulettes d'agneau façon couscous (PC)
Saint Morêt
Fruit




Mercredi

Jeudi

Salade verte printanière
Gnocchis crème de basilic (PC)
Emmental
Panna cotta coulis de fruits jaunes



Vendredi

Salade de boulgour quinoa et fromage brebis
Marmite de l'océan
Purée de carottes
Comté
Fruit





L'info de Steeby

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



Avec les vacances d'été qui arrivent, n'oublie pas de te protéger du soleil. En effet, la peau des enfants est encore plus sensible aux rayons UV que celle des adultes. Entre 12h et 16h, lorsque le soleil est très haut dans le ciel, évite de t'exposer à ses rayons. Il faut ensuite mettre de la crème solaire au moins toutes les 2h, et plus encore si tu te baignes. De plus, tu dois aussi te protéger quand le ciel est couvert car les rayons UV traversent les nuages. Enfin, pense à mettre des lunettes de soleil car tes yeux aussi sont sensibles au soleil !!

Qu'est-ce que la Fête des Fruits et Légumes frais ? C'est tout simplement accorder une place importante aux fruits et légumes frais dans notre alimentation. Une façon simple et agréable de profiter de leurs bienfaits tout en se faisant plaisir. C'est aussi retrouver l'envie de les cuisiner au fil des saisons et de les partager en famille ou entre amis.

Rejoignez-nous sur facebook!


