

PLAN ALIMENTAIRE SCOLAIRE 5 SEMAINES

| | LUNDI | MARDI | MERCREDI | JEUDI | VENDREDI |
|-------|----------------------|------------------------------------|---------------------------|------------------|---------------------------------|
| SEM 1 | ENTREE PATISSIERE | CRUDITE (sf concombre et melon) | ENTREE PROTIDIQUE | CRUDITE | CRUDITE |
| | VOLAILLE (piécée) | BŒUF (sauté) | POISSON (frit ou cube) | PORC (jambon) | POISSON (filet ou cube) |
| | LEGUMES VERTS | FECULENT (Riz, pâtes) | LEGUMES VERTS FECULENT | LEGUMES VERTS | FECULENT (Semoule) |
| | FRO > 150 mg | 100 < FRO < 150 mg | PRODUIT LAITIER | FRO > 150 mg | PRODUIT LAITIER |
| | FRUIT CRU | DESSERT LACTE | FRUIT CRU | PATISSERIE | FRUIT CUIT (Purée de fruits) |

| | | | | | |
|-------|---------------------|-------------------|--|-----------------------------------|------------------------------------|
| SEM 2 | CRUDITE | FECULENT | CUIDITE | CHARCUTERIE | CRUDITE |
| | PORC (sauté) | POISSON (pané) | AGNEAU (boulette) ou VEAU (paupiette) | ŒUF | BŒUF (sauté) |
| | FECULENT (pâtes) | LEGUMES VERTS | LEGUMES VERTS / FECULENT | LEGUMES VERTS / FECULENT (pdt) | FECULENT (semoule ou purée pdt) |
| | FRO < 100 mg | PRODUIT LAITIER | FRO > 150 mg | 100 < FRO < 150 mg | PRODUIT LAITIER |
| | DESSERT LACTE | FRUIT CRU | FRUIT CRU | FRUIT CRU | DESSERT LACTE |

| | | | | | |
|-------|----------------------|------------------------------------|----------------------|---------------------------------------|--------------------|
| SEM 3 | FECULENT | CRUDITE | FECULENT | CRUDITE | ENTREE PATISSIERE |
| | VOLAILLE (piécée) | BOEUF | VOLAILLE (sautée) | PORC (Charcuterie) | POISSON (filet) |
| | LEGUMES VERTS | FECULENT (Semoule, frites, riz) | LEGUMES VERTS | FECULENT (légumes secs, purée lég) | LEGUMES VERTS |
| | FRO > 150 mg | FRO < 100 mg | PRODUIT LAITIER | FRO > 150 mg | 100 < FRO < 150 mg |
| | FRUIT CRU | DESSERT LACTE | BISCUIT | FRUIT CUIT (Fruits au sirop) | FRUIT CRU |

| | | | | | |
|-------|----------------------|---------------------------------|-----------------------------------|---------------------------------|-------------------|
| SEM 4 | CUIDITE | CRUDITE | FECULENT | CRUDITE | ENTREE PROTIDIQUE |
| | BŒUF (haché) | PORC (rôti) | PREPA. PATISSIERE à base d'œuf | VOLAILLE (poulet rôti) | POISSON |
| | FECULENT (Frites) | FECULENT (légumes secs, riz) | CRUDITE | LEGUMES VERTS * | LEGUMES VERTS * |
| | PRODUIT LAITIER | FRO > 150 mg | FRO < 100 mg | 100 < FRO < 150 mg (sf Brie) | FRO > 150 mg |
| | FRUIT CRU | DESSERT LACTE | FRUIT CUIT (purée de fruits) | PATISSERIE | FRUIT CRU |

| | | | | | |
|-------|------------------------------------|------------------------------------|----------------------------|------------------------------|-----------------|
| SEM 5 | CRUDITE (sf concombre et melon) | CUIDITE | FECULENT CRUDITE | CRUDITE | FECULENT |
| | BŒUF | POISSON (filet) | VOLAILLE (tranchée) | BŒUF (égréné) | PORC (sauté) |
| | LEGUMES VERTS * | FECULENT (semoule ou purée pdt) | FECULENT (pâtes ou pdt) | FECULENT (pâtes ou pdt) | LEGUMES VERTS |
| | PRODUIT LAITIER | FRO > 150 mg | FRO > 150 mg | 100 < FRO < 150 mg (Brie) | PRODUIT LAITIER |
| | BISCUIT | FRUIT CRU | FRUIT CUIT | DESSERT LACTE | FRUIT CRU |

Dans ce plan alimentaire, les plats peuvent être permutés entre eux ou remplacés par leur équivalent sans toutefois perturber les fréquences recommandées du GEMRCN.

Semaine n° 35

du 29 Août au 2 Septembre 2016

| | <u>LUNDI</u> | <u>MARDI</u> | <u>MERCREDI</u> | <u>JEUDI</u> | <u>VENDREDI</u> |
|--------------------|--------------|--------------|---------------------|-------------------------------|---|
| Plan Alimentaire 5 | | | | | |
| Entrée | | | Tomate vinaigrette | Salade verte fromagère | P. de terre échalote |
| S/Porc & S/Viande | | | *** | *** | *** |
| Plat principal | | | Colombo de volaille | Pâtes coquillettes bolognaise | Palette de porc à la diable |
| S/Porc & S/Viande | | | *** | *** | Roti de dinde Sc Diable / Colin aux crevettes |
| Accompagnement | | | Riz pilaf | *** | Haricots verts |
| Produit laitier | | | Emmental | Camembert | Yaourt nature sucré |
| Dessert | | | Cocktail de fruits | Flan vanille | Banane |

Info de la semaine



Composition des plats







Semaine n° 36

du 5 au 9 Septembre 2016

| | <u>LUNDI</u> | <u>MARDI</u> | <u>MERCREDI</u> | <u>JEUDI</u> | <u>VENDREDI</u> |
|--------------------|--------------|--------------|-----------------|--------------|-----------------|
| Plan Alimentaire 1 | | | | | |

Info de la semaine



| | | | | | |
|-------------------|---|---|---|---|---|
| Entrée | Pâtes basilic  | Céleri rémoulade | Melon | Carottes râpées  | Saucisson sec & cornichons |
| S/Porc & S/Viande | *** | *** | *** | *** | Couppelles de volaille cornichons/Macédoine de légumes  |
| Plat principal | Cordon bleu de volaille | Chili con carne  | Paupiette de saumon | Rôti de porc au jus | Filet de colin au beurre blanc |
| S/Porc & S/Viande | Colin pané | Parmentier poisson | *** | Roti de dinde au jus/Omelette sc tomate | *** |
| Accompagnement | Carottes à la crème  | *** | Mitonnée de légumes | Haricots verts  | Purée p. de terre brocolis |
| Produit laitier | Gouda | Coulommiers | Fromage blanc sucré | Fondu président | Yaourt aromatisé |
| Dessert | Prunes | Biscuit de savoie maison | Nectarine  | Tarte flan | Compote de pommes  |



Compositio
des plats



Semaine n° 37

du 12 au 16 Septembre 2016

| | <u>LUNDI</u> | <u>MARDI</u> | <u>MERCREDI</u> | <u>JEUDI</u> | <u> VENDREDI</u> |
|--------------------|--|---------------------|---------------------------|--|-------------------------|
| Plan Alimentaire 2 | | | | | |
| Entrée | Radis beurre | Salade de lentilles | Betteraves vinaigrette | Saucisson à l'ail & cornichons | Salade verte mais |
| S/Porc & S/Viande | *** | *** | *** | Coupelles de volaille & cornichons/Carottes râpées | *** |
| Plat principal | Sauté de porc au caramel | Colin pané citron | Paupiette de veau marengo | Escalope de dinde | Sauté de bœuf au jus |
| S/Porc & S/Viande | Sauté de dinde au caramel/Beignet de poisson | *** | Paupiette de saumon | Omelette | Filet de colin Sc Bercy |
| Accompagnement | Riz pilaf | Ratatouille | Coquillettes | Purée p. de terre carottes | Semoule |
| Produit laitier | Bûchette mi-chèvre | Yaourt nature sucré | Mimolette | Camembert | Fraidou |
| Dessert | Mousse au chocolat | Pomme | Prunes | Moelleux poires pistache | Flan vanille |

Info de la semaine



Composition des plats



Semaine n° 38

du 19 au 23 Septembre 2016

| Plan Alimentaire 3 | <u>LUNDI</u> | <u>MARDI</u> | <u>MERCREDI</u> | <u>JEUDI</u> | <u> VENDREDI</u> |
|--------------------|---------------------|------------------------|-----------------------------|--|-------------------------------|
| Entrée | Salade arlequin | Salade vendéenne | Salade riz tomate concombre | Tomate vinaigrette | Friand au fromage |
| S/Porc & S/Viande | *** | *** | *** | *** | *** |
| Plat principal | Paupiette de saumon | Hachi parmentier | Rôti de dinde | Sauté de porc aux pruneaux | Filet de colin sauce piperade |
| Accompagnement | Haricots verts | *** | Petits pois cuisinés | Penne regate | Julienne de légumes |
| S/Porc & S/Viande | *** | Parmentier de poisson | Omelette | Sauté de dinde aux pruneaux/poisson pané | *** |
| Produit laitier | Cotentin | Emmental | Fromage blanc sucré | Vache qui rit | Brie |
| Dessert | Orange | Moelleux citron maison | Barre bretonne | Purée pomme vanille | Banane |

Info de la semaine



Composition des plats



Semaine n° 39

du 26 au 30 Septembre 2016

| Plan Alimentaire 4 | <u>LUNDI</u> | <u>MARDI</u> | <u>MERCREDI</u> | <u>JEUDI</u> | <u> VENDREDI</u> |
|--------------------|------------------------|---|----------------------|------------------------------|---------------------|
| Entrée | Betteraves vinaigrette | Carottes râpées vinaigrette | Salade Marco polo | Salade de lentilles | Tarte au fromage |
| S/Porc & S/Viande | *** | *** | *** | *** | *** |
| Plat principal | Bœuf bourguignon | Cassoulet | Pizza au fromage | Poulet rôti | Colin beurre citron |
| S/Porc & S/Viande | Colin beurre citron | Cassoulet S/P /Filet de colin aux crevettes | *** | Omelette | *** |
| Accompagnement | Papillons | *** | Salade verte | Duo haricots verts et beurre | Riz pilaf |
| Produit laitier | Yaourt aromatisé | Fondu président | Bûchette mi-chèvre | Coulommiers | Gouda |
| Dessert | Pomme | Flan nappé caramel | Compote pomme banane | Gaufre | Poire |

Info de la semaine



Composition des plats



Semaine n° 40

du 3 au 7 Octobre 2016

| Plan Alimentaire 5 | <u>LUNDI</u> | <u>MARDI</u> | <u>MERCREDI</u> | <u>JEUDI</u> | <u> VENDREDI</u> |
|--------------------|--------------|--------------|-----------------|--------------|------------------|
|--------------------|--------------|--------------|-----------------|--------------|------------------|

Info de la semaine



| | | | | | |
|-------------------|-------------------------|----------------------------|-------------------------------|---------------------------|--|
| Entrée | Chou rouge vinaigrette | Haricots verts vinaigrette | Concombre vinaigrette | Salade verte aux croûtons | P. de terre échaudée |
| S/Porc & S/Viande | *** | *** | *** | *** | *** |
| Plat principal | Estouffade de bœuf | Colin pané citron | Sauté de dinde forestière | Lasagne bolognaise | Palette de porc moutarde |
| S/Porc & S/Viande | Hoki au citron | *** | Quenelles de Brochet béchamel | Lasagne de saumon | Roti de dinde à la moutarde/Hoki à la Bretonne |
| Accompagnement | Petits-pois carottes | Purée Pdt | Boullgour | *** | Mitonnée de légumes |
| Produit laitier | Yaourt nature sucré | Edam | Fromage blanc sucré | Brie | Tartare ail et fines herbes |
| Dessert | Fourrandise au chocolat | Kiwi | Compote de pommes | Flan vanille | Brownies maison |



Semaine n° 41

du 10 au 14 Octobre 2016

| | | | | | |
|--------------------|--------------|--------------|-----------------|--------------|------------------|
| Plan Alimentaire 1 | <u>LUNDI</u> | <u>MARDI</u> | <u>MERCREDI</u> | <u>JEUDI</u> | <u> VENDREDI</u> |
| Entrée | | | | | |
| S/Porc & S/Viande | | | Semaine du goût | | |
| S/Porc & S/Viande | | | | | |



Produit laitier

Dessert



Semaine n° 42

du 17 au 21 Octobre 2016

Info de la semaine

Plan Alimentaire 2

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

Entrée

Radis beurre

Salade de blé
fantaisie

chou-fleur
vinaigrette

Salade tomate feta

Salade coleslaw

S/Porc & S/Viande

Plat principal

Colombo de porc

Colin meunière
citron

Paupiette de veau
au jus

Omelette

Sauté de bœuf aux
oignons

S/Porc & S/Viande

Omelette sc tomate

Accompagnement

Riz pilaf

Ratatouille

Semoule

P. de terre rissolées

Coquillettes

Produit laitier

Bûchette mi-chèvre

Yaourt nature sucré

Edam

Camembert

Rondelé

Dessert

Crème dessert
vanille

Pomme

Poire

Maarbré chocolat
vanille maison

Flan au chocolat



Composition
des plats



Semaine n° 43

du 24 au 28 Octobre 2016

| Plan Alimentaire 3 | <u>LUNDI</u> | <u>MARDI</u> | <u>MERCREDI</u> | <u>JEUDI</u> | <u> VENDREDI</u> |
|--------------------|-------------------------|-------------------|----------------------|----------------------|-------------------------------|
| Entrée | P. de terre échalotes | Potage de légumes | Salade du chef | Carottes râpées | Crêpe au fromage |
| S/Porc & S/Viande | *** | *** | *** | *** | *** |
| Plat principal | Cordon bleu de volaille | Tortis bolognaise | Rôti de dinde | Saucisse de Toulouse | Filet de colin sauce normande |
| S/Porc & S/Viande | *** | *** | *** | Beignet de poisson | *** |
| Accompagnement | Haricots verts | *** | Petits pois cuisinés | Lentilles | Julienne de légumes |
| Produit laitier | Emmental | Fondu président | Fromage blanc sucré | Vache qui rit | Brie |
| Dessert | Orange | Liégeois vanille | Madeleine | Purée pomme orange | Banane |

Info de la semaine



Composition des plats



Semaine n° 44

du 31 Octobre au 4 Novembre 2016

| Plan Alimentaire 4 | <u>LUNDI</u> | <u>MARDI</u> | <u>MERCREDI</u> | <u>JEUDI</u> | <u> VENDREDI</u> |
|--------------------|----------------------|--------------|-------------------|------------------|-------------------|
| Entrée | Betteraves ou Potage | | Saucisson à l'ail | Salade vendéenne | Semoule fantaisie |

Info de la semaine



S/Porc & S/Viande

Plat principal

Boulettes de bœuf
sauce forestière

TOUSSAINT

Salade de lentilles

S/Porc & S/Viande

Accompagnement

Purée

Salade verte

Haricots beurre

Ratatouille

Produit laitier

Yaourt aromatisé

Fraidou

Cotentin

Gouda

Dessert

Kiwi

Ananas au sirop

Eclair au chocolat

Pomme



Composition
des plats



 **Ansamble**

Restauration et services au plus près des territoires

Semaine n° 45

du 7 au 11 Novembre 2016

Plan Alimentaire 5

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

Entrée

Radis beurre

Macédoine de
légumes

Chou rouge
vinaigrette

Concombre
vinaigrette

S/Porc & S/Viande

Plat principal

Bœuf mode

Filet de colin sauce
crevettes

Escalope de poulet
sauce tomate

Hachis parmentier

S/Porc & S/Viande


Armistice 1918

Info de la
semaine







Composition
des plats



| | | | | | |
|-----------------|---|--|----------------------------|--------------------|--|
| Accompagnement | Carottes  | Riz pilaf  | Semoule aux petits légumes | *** | |
| Produit laitier | Yaourt nature sucré | Edam | Rondelé | Brie | |
| Dessert | Barre bretonne | Poire | Cocktail de fruits | Mousse au chocolat |  |

Semaine n° 46

du 14 au 18 Novembre 2016

| Plan Alimentaire 1 | <u>LUNDI</u> | <u>MARDI</u> | <u>MERCREDI</u> | <u>JEUDI</u> | <u> VENDREDI</u> |
|--------------------|--|----------------------|---|---|---|
| Entrée | Pâtes au basilic | Friand fromage | Mortadelle | Carottes râpées  | Céleri rémoulade |
| S/Porc & S/Viande | *** | *** | Macédoine de légumes | *** | *** |
| Plat principal | Nugget's de volaille | Lasagne bolognaise | Filet de colin beurre citronné | Rôti de porc | Paupiette de saumon |
| S/Porc & S/Viande | *** | *** | *** | *** | *** |
| Accompagnement | Petits-pois fermes  | *** | Mitonnée de légumes | Choux-fleurs béchamel | Semoule  |
| Produit laitier | Mimolette | Camembert | Fromage blanc sucré | Yaourt aromatisé | Fondu président |
| Dessert | Kiwi | Roulé à la confiture | Clémentines  | Flan nappé caramel | Compote de pommes |

Info de la semaine







Composition des plats



Semaine n° 47

du 21 au 25 Novembre 2016

| Plan Alimentaire 2 | <u>LUNDI</u> | <u>MARDI</u> | <u>MERCREDI</u> | <u>JEUDI</u> | <u> VENDREDI</u> |
|--------------------|--|--------------------------|---|---|--|
| Entrée | Chou-fleur vinaigrette | Salade de lentilles | Salade verte et maïs | Saucisson sec | Betteraves |
| S/Porc & S/Viande | *** | *** | *** | Radis beurre | *** |
| Plat principal | Sauté de porc au caramel | Colin meunière citron | Boulettes d'agneau sauce marocaine | Omelette | Bœuf bourguignon |
| S/Porc & S/Viande | Sauté de dinde sc tajine | *** | *** | *** | *** |
| Accompagnement | Riz créole  | Haricots beurre |  Boulgour | Epinards béchamel  | Coquillettes  |
| Produit laitier | Bûchette mi-chèvre | Yaourt nature sucré | Edam | Saint Morêt | Coulommiers |
| Dessert | Crème dessert vanille | Biscuit de savoie maison | Orange | Clémentines | Mousse au chocolat |

Info de la semaine



Composition des plats



Semaine n° 48

du 28 Novembre au 2 Décembre 2016

| Plan Alimentaire 3 | <u>LUNDI</u> | <u>MARDI</u> | <u>MERCREDI</u> | <u>JEUDI</u> | <u> VENDREDI</u> |
|--------------------|--------------|--------------|-----------------|--------------|------------------|
| | | | | | |

Info de la semaine



| | | | | | |
|-------------------|-------------------------|---|---------------------------|-------------------------------------|----------------------------------|
| Entrée | Salade arlequin | Salade vendéenne ou Potage | Salade de blé exotique | Carottes râpées | Pizza au fromage |
| S/Porc & S/Viande | *** | *** | *** | *** | *** |
| Plat principal | Saucisse de Toulouse | Pâtes bolognaise ou | Rôti de dinde | P. de terre à la savoyarde | Filet de colin sauce normande |
| S/Porc & S/Viande | Saucisse de volaille | *** | *** | Paupiette de saumon sc crustacés | *** |
| Accompagnement | Haricots verts | Pâtes façon bolognaise (plat végétarien aux lentilles) | Petits-pois cuisinés | Semoule | Julienne de légumes |
| Produit laitier | Emmental | Cotentin | Fromage blanc sucré | Vache qui rit | Brie |
| Dessert | Poire | Liégeois vanille | Barre bretonne | Compote de pommes | Banane |



Composition
des plats



Restauration et services au plus près des territoires

Semaine n° 49

du 5 au 9 Décembre 2016

| Plan Alimentaire 4 | <u>LUNDI</u> | <u>MARDI</u> | <u>MERCREDI</u> | <u>JEUDI</u> | <u>VENDREDI</u> |
|--------------------|--------------------|----------------------------|------------------|-----------------|---------------------------------|
| Entrée | Betteraves | Salade Louissette | Mortadelle | Carottes râpées | Salade Marco polo |
| S/Porc & S/Viande | *** | *** | Salade vendéenne | *** | *** |
| Plat principal | Estouffade de bœuf | Cordon bleu de volaille | Pizza | Cassoulet | Filet de colin beurre citron |



Info de la
semaine



Composition
des plats

S/Porc & S/Viande

Cassolette de poisson

Accompagnement

Papillons 

Haricots beurre

Salade verte 

Riz pilaf 

Produit laitier

Yaourt aromatisé

Coulommiers

Bûchette mi-chèvre

Fondu président

Gouda

Dessert

Clémentines

Semoule au lait

Compote pomme
banane

Flan nappé caramel

Kiwi



Semaine n° 50

du 12 au 16 Décembre 2016

Plan Alimentaire 5

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

Entrée

Chou rouge vinaigrette

Haricots verts
vianigrette 

Salade verte aux
croûtons 

P. de terre échalote

S/Porc & S/Viande

Plat principal

Boeuf aux oignons

Colin pané citron

Lasagne bolognaise

Repas de Noël

Palette de porc
moutarde

S/Porc & S/Viande

Lasagne saumon



Beignet de poisson

Accompagnement

Petits-pois carottes 

Purée

Mitonnée de
légumes

Produit laitier

Yaourt nature sucré

Edam

Brie

Rondelé

Info de la
semaine



Composition
des plats



Dessert

Fourrandise au
chocolat

Pomme

Flan vanille

Banane 



Semaine n° 51

du 19 au 23 Décembre 2016

Plan Alimentaire 1

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

Entrée

Crêpe au fromage

Pomelos 

Pâté de campagne

Carottes râpées
vinaigrette 

Betteraves
vinaigrette

S/Porc & S/Viande

Macédoine de légumes

Plat principal

Escalope de dinde

Chili con carne

Filet de colin au
beurre blanc


Rôti de porc au jus

Blanquette de
poisson

S/Porc & S/Viande

Rôti de dinde au jus

Accompagnement

Choux-fleur
béchamel 

Penne regate 

Purée p. de terre
céleri

Semoule 

Produit laitier

Mimolette

Coulommiers

Yaourt nature sucré

Fraidou

Yaourt aromatisé

Dessert

Poire

Moelleux poires
pistaches

Clémentines

Gaufre

Pomme

Info de la
semaine



Compositio
des plats



Semaine n° 52

du 26 au 30 Décembre 2016

Info de la
semaine

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

Entrée

Radis beurre

Salade de blé
fantaisie

Potage de potiron
ou chou-fleur
vinaigrette

Salade verte mais

Salade coleslaw

S/Porc & S/Viande

Plat principal

Colombo de porc

Colin meunière
citron

Paupiette de veau
au jus

Omelette

Goulash de boeuf

S/Porc & S/Viande

Sauté de dinde

Paupiette de saumon sc
citron

Accompagnement

Riz pilaf

Ratatouille

Semoule

P. de terre rissolées

Coquillettes

Produit laitier

Bûchette mi-chèvre

Yaourt nature sucré

Edam

Camembert

Rondelé

Dessert

Crème dessert
vanille

Banane

Kiwi

Clémentines

Flan au chocolat



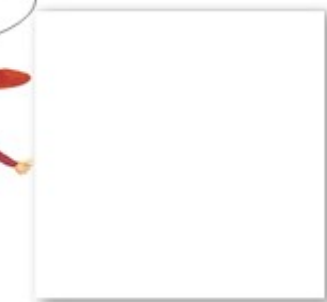
a
e



ins
i

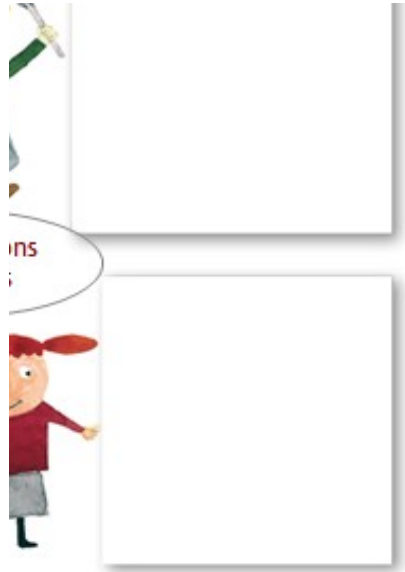


Mardi,
C'est la rentrée!



a
e





a
s



ins
i





L'automne

Ca y est, jeudi, nous changeons de saison : c'est l'automne !
Va vite cueillir les feuilles de toutes les couleurs pour réaliser un herbier.

Salade arlequin : p. de terre, maïs, poivron / salade vendéenne : chou blanc, raisin sec

a
s

La poire

Connais-tu l'expression
"entre la poire et le
fromage"?

Il s'agissait d'un
intermède durant le
repas, la poire servant
à rafraîchir le palais
avant que l'on serve le
fromage
(au XV^e siècle)



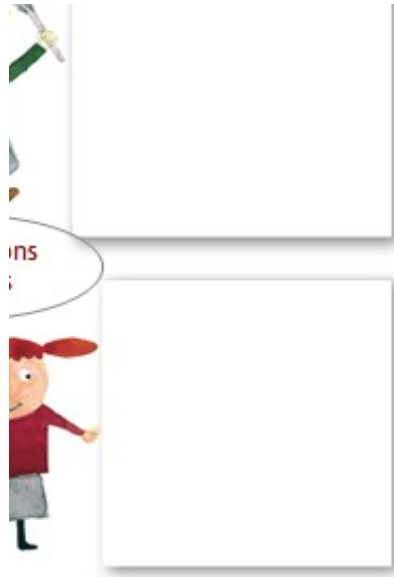
ins

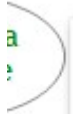


Salade Marco polo : pâtes,
poivron, surimi

a
s







Bonnes vacances!



A
:



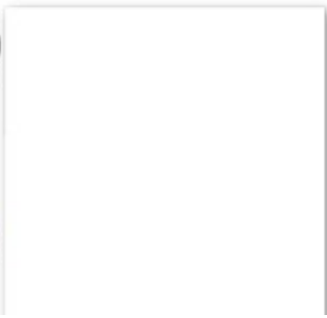
ins
:



Changement
d'heure dans la
nuit de samedi à
dimanche : 1
heure de sommeil
supplémentaire !



A
:



ins



Semoule fantaisie : semoule,
tomate, maïs / Salade
vendéenne : chou blanc, raisin
sec

a

11 novembre 1918

:

L'armistice, signé
ce jour là à 5h15,
marque la fin des
combats de la
Première Guerre
mondiale (1914-
1918)

ins





a
e

Les agrumes, qu'est-ce que c'est ?

Ce sont des fruits acides, riches en vitamine C. Ils ont une peau épaisse, leur pulpe contenant du jus est formée d'environ 15 quartiers que l'on peut séparer.

ins

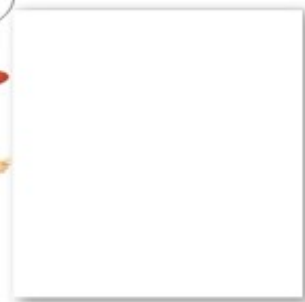


a
e

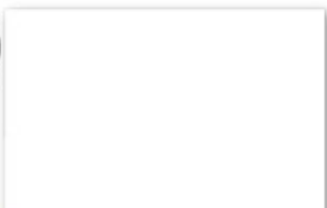
La Clémentine :
Petit agrume nous rend plus fort, riche en eau et en vitamine C. N'hésite pas à la glisser dans ton cartable pour ton goûter



ins



a
e





INS



Salade arlequin : p. de terre,
maïs, poivron / salade
vendéenne : chou blanc, raisin
sec



B



INS



Salade Marco polo : pâte,
poivron, surimi

a
:



ins
:



Bonnes vacances
et Joyeuses fêtes
de fin d'année !

a
e



ins



Le 21 décembre,
c'est l'Hiver

Joyeux Noël !

a
e



Bonne fête de fin
d'année !

ons
s



Pictos à utiliser

Pâtisserie Maison



Animation



Produit Bio



Produit Local



Produit certifié



Produit Bleu Blanc Cœur



Goûter

1 ligne goûter peut être afficher

Changer les paramètres d'impression : mettre à l'échelle 75%

