



S45	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Entrée 	-	Salade de pépinettes vinaigrette	Taboulé	Carottes bio rapées	Salade verte bio
Plat Principal 	Tortelloni pomodoro mozzarella bio sauce provençale	Steak de bœuf aux oignons SV : Tarte au fromage	Filet de poulet sauce forestière SV : Hoki sauce brestoise	Sauté de porc* à la moutarde à l'ancienne SP : sauté de poulet à la moutarde à l'ancienne SV : Bolognaise de lentilles	Parmentier aux deux saumons et poireaux
Légumes Féculents 	(Plat complet)	Brocolis	Purée de céleri	Riz bio	(Plat complet)
Produit laitier 	Verchicors bio (coupe)	Yaourt fermier sucré	-	-	-
Dessert 	Flan vanille nappé caramel	-	Fruit	Purée de fruits	Brownie

« Les menus sont à titre indicatif et sont susceptibles d'être modifiés »

Légende

- Produit issu de l'agriculture biologique
- Région Ultrapériphérique
- Indication géographique protégée
- Produit local / circuit court
- Appellation d'origine contrôlée
- Recette du Chef
- Viande Française
- Filière marine engagée
- Issus du commerce équitable
- Certifications environnementales
- SV / SP : sans viande/sans porc
- * Présence de porc

Choix de la semaine :

- Entrée : Potage
- Légumes : Carottes

La moutarde, ça pique !
La moutarde est une petite plante aux jolies fleurs jaunes. Après sa récolte, on récupère ses **petites graines** pour fabriquer le fameux condiment que tu connais ! Mais savais-tu que la moutarde existe depuis **très longtemps** ? Les **Égyptiens, les Grecs et les Romains** l'utilisaient déjà pour relever leurs plats. Aujourd'hui, la moutarde fait partie des **condiments les plus consommés au monde**, juste après le sel et le poivre. Et surtout... **attention à ton nez** ! Quand on mange de la moutarde, elle peut donner une drôle de sensation : **ça pique dans la bouche et ça peut même monter au nez** ! Alors, qui osera goûter une petite pointe de moutarde ?

Les groupes alimentaires



Tous nos plats sont susceptibles de contenir les 14 allergènes suivants : céréales contenant du gluten (seigle, blé, orge, avoine, épeautre, kamut), crustacés, œufs, poissons, arachides, soja, lait, fruits à coque, céleri, moutarde, sésame, anhydride sulfureux et sulfites, lupin et mollusques.