



# MANGEONS BIEN

« Jouons un peu ! »

\*Quel fromage italien est fabriqué avec du lait de bufflone ?

- mozzarella
- parmesan
- gorgonzola

\*L'avocat est un fruit .

- vrai
- faux

\*Laquelle de ces épices est en forme d'étoiles ?

- cumin
- safran
- badiane

\*Lequel de ces fruits est un agrume ?

- banane
- pomme
- orange

\*Lequel de ces légumes est un féculent ?

- haricot vert
- pomme de terre
- poireaux

\*Qu'est-ce que la cannelle ?

- une salade
- une fleur comestible
- une épice

\*La pêche est un fruit que l'on mange à quelle saison ?

- hiver
- printemps
- été

\*Quels sont les aliments les plus importants pour avoir des os solides ?

- lait, yaourts, fromages
- beurre
- frites, hamburgers

Bulletin N° 2

Le 5 Octobre 2018



Journal conçu et mis en page par :

- Carole LACOSTE
- Michèle DEFLISQUE



# Les menus à 20 jours (1)

<p><u>Lundi 8 Oct.2018</u> Carottes râpées<sup>F</sup> Cuisses de poulet<sup>SV</sup> Frites de patates douces<sup>S</sup> Abricots secs<sup>E</sup></p>	<p><u>Mardi 9 Oct.2018</u> Gaspacho de tomates<sup>F</sup> Rôti bœuf<sup>F</sup> Poivrons grillés<sup>S</sup> Faisselles aux fruits rouges<sup>F</sup></p>	<p><u>Jeudi 11 Oct.2018</u> Tartes blanches<sup>FM</sup> Blanquette de veau<sup>FM</sup> Riz pilaf Salade de fruits frais blancs<sup>FM</sup></p>	<p><u>Vend.12 Oct.2018</u> Scaroles au basilic<sup>F</sup> Poisson frais sauce estragon Brocolis sautés<sup>S</sup> Panna cotta à la menthe<sup>E</sup></p>
<p><u>Lundi 15 Oct.2018</u> Pamplemousse<sup>F</sup> Steak haché<sup>S</sup> Haricots verts<sup>S</sup> Emmental Crème renversée<sup>F</sup></p>	<p><u>Mardi 16 Oct.2018</u> Salade de riz<sup>FM</sup> Escalopes de dinde<sup>F</sup> Petits pois/lardons<sup>S</sup> Camembert<sup>C</sup> Fruits de saison</p>	<p><u>Jeudi 18 Oct.2018</u> Duo de crudités<sup>F</sup> Sauté de porc<sup>F</sup> Pommes noisettes<sup>S</sup> St Nectaire Gâteau anniversaire<sup>F</sup></p>	<p><u>Vend.19 Oct.</u>  <b><u>SORTIE</u></b> <b><u>SCOLAIRE</u></b></p>
<p><u>Lundi 5 Nov.2018</u> Chou blanc<sup>F</sup> Poulet rôti<sup>F<sup>SV</sup></sup> Haricots beurre<sup>S</sup> Gâteau de semoule<sup>F</sup></p>	<p><u>Mardi 6 Nov.2018</u> Potage de légumes<sup>FM</sup> Paupiettes de veau<sup>F</sup> Pdt vapeur<sup>F</sup> Fromage Fruits de saison</p>	<p><u>Jeudi 8 Nov.2018</u> Potage poireaux/pdt<sup>F</sup> Côtes de porc<sup>F</sup> Carottes sautées<sup>F</sup> Fromage Fruits de saison</p>	<p><u>Vend.9 Nov.2018</u> Saucisse sèche<sup>F</sup> Poisson frais Riz créole<sup>E</sup> Fromage Compotes<sup>FM</sup></p>
<p><u>Lundi 12 Nov.2018</u> Salade verte<sup>F</sup> Curry d'agneau<sup>FM</sup> Semoule épicée<sup>E</sup> Fromage blanc<sup>F</sup> Spéculos</p>	<p><u>Mardi 13 Nov.2018</u> Potage de légumes<sup>FM</sup> Tartiflette<sup>FM</sup> Fruits de saison</p>	<p><u>Jeudi 15 Nov.2018</u> Endives aux noix<sup>F</sup> Escalopes de dinde<sup>F</sup> Lentilles BIO<sup>E</sup> Fromage Cookies<sup>FM</sup></p>	<p><u>Vend.16 Nov.2018</u> Velouté / butternut<sup>F</sup> Beignets de calamars Quinoa au fromage<sup>E</sup> Fruits de saison</p>
<p><u>Lundi 19 Nov.2018</u> Potage de légumes<sup>F</sup> Steak haché<sup>S</sup> Petits pois/lardons<sup>S</sup> Fromage Fruits de saison</p>	<p><u>Mardi 20 Nov.2018</u> Chou rouge<sup>F</sup> Saucisses toulouse<sup>F</sup> Purée de pdt<sup>FM</sup> Fromage Mousse au chocolat<sup>F</sup></p>	<p><u>Jeudi 22 Nov.2018</u> Taboulé<sup>FM</sup> Rôti de veau<sup>F</sup> Salsifis<sup>S</sup> Fromage Fruits de saison</p>	<p><u>Vend.23 Nov.2018</u> Friand au fromage<sup>S</sup> Poisson frais Fondue de poireaux<sup>S</sup> Fromage Salade de fruits<sup>FM</sup></p>

