



MANGEONS BIEN

Amusons-nous un peu !!!

Bulletin N°2



Journal conçu et mis en page par :

• Carole LACOSTE

Les enfants,

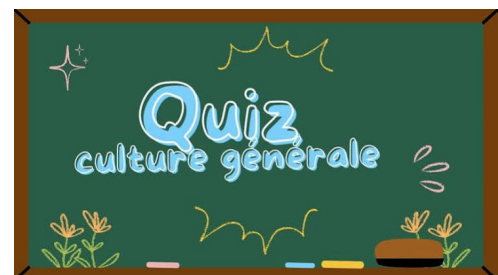
Voici quelques devinettes, quizz et autres casse-têtes pour s'amuser avec les aliments!

* Mon premier est synonyme de « rapide »
Mon deuxième est une voyelle de l'alphabet,
Mon troisième se trouve au bout du crayon ;
Mon tout est très important pour ma croissance...???

- Mon premier recouvre tout mon corps,
 - Mon deuxième sert de support pour le ballon de rugby,
 - Mon troisième est une couleur....
 - Quel légume suis-je ?
-
- Mon premier se trouve sur une rose,
 - Mon deuxième est une activité pour petits et grands
 - Mon tout est un légume que « Popeye » raffole...?

Cite moi des fruits à coque.....:

*
*
*
*



Les menus à 20 jours (1)

<u>Lundi 05 Oct.26</u> Salade verte ^F Nuggets de poulet ^S Poêlées de légumes ^S Fromage Crumbles aux pommes ^{FM}	<u>Mardi 06 Oct. 26</u> Asperges ^C Paupiettes de dinde ^F Penne regate Fromage Fruits de saison	<u>Jeudi 08 Oct. 26</u> Betteraves ^C Saucisse TOULOUSE ^F Petits pois ^S Fromage Crème dessert ^F	<u>Vend. 09 Oct. 26</u> Salade d'haricots verts ^C Poisson frais Risotto ^{FM} Fromage Fruits frais
<u>Lundi 12 Oct. 26</u> Semaine ...	<u>Mardi 13 Oct.26</u> Du...	<u>Jeudi 15 Oct. 26</u> Goût ...	<u>Vend.16 Oct. 26</u> !!!!!!!
<u>Lundi 02 Nov. 26</u> Potage de légumes ^F Poulet rôti ^{SV} Haricots beurre ^S Fromage Fruits de saison	<u>Mardi 03 Nov. 26</u> Salade d'endives ^F Bœuf bourguignon ^{FM} Macaronis ^E Yaourts BIO ^F	<u>Jeudi 05 Nov. 26</u> Salade piémontaise ^F Rôti de dinde ^{FSV} Salsifis sautés ^S Fromage blanc ^F Petit gâteau ^E	<u>Vend. 06 Nov. 26</u> Potage de légumes ^F Poisson frais Riz créole ^E Fromage Salade de fruits ^{FM}
<u>Lundi 09 Nov. 26</u> Carottes râpées ^F Sauté d'agneau ^{FM} Semoule ^E Fromage Pommes au four ^F	<u>Mardi 10 Nov. 26</u> Potage de légumes ^F Côtes de porc ^{FSV} Chou -fleur ^S Fromage Gaufres ^{FM}	<u>Jeudi 12 Nov. 26</u> Potage de légumes ^F Chili con carne ^F Fromage Fruits de saison ^F	<u>Vend.13 Nov. 26</u> Pâté ^F Beignets de calamars ^S Quinoa à la tomate ^E Petits suisses ^F
<u>Lundi 16 Nov. 26</u> Salade verte ^F Manchons de canards ^C Purée de PdT ^{FM} Fromage Compotes ^C	<u>Mardi 17 Nov. 26</u> Potage de légumes ^F Blancs de poulets ^F Petits pois ^C Fromage Fruits de saison ^F	<u>Jeudi 19 Nov. 26</u> Chou blanc ^F Steak haché ^S Carottes vichy ^{FM} Fromage Riz au lait ^F	<u>Vend. 20 nov. 26</u> Potage de légumes ^F Poisson frais Épinards en béchamel ^S Fromage Fruits de saison ^F



1) susceptible de modification en fonction des approvisionnements

^f frais fait maison ^c conserve ^s surgelé ^{sv} sous vide ^e épicerie