

Lundi

Soupe de légumes Potager
Saucisson à l'ail*

Oufs durs mayonnaise

Brochette de poisson
Purée

Fromage blanc sucré
St Paulin

Poire
Crème chocolat



Mardi

Taboulé
Crêpe fromage

Omelette
Pâtes
Haricots verts

Yaourt sucré
Samos

Compote de pommes
Crème aux œufs



Les Légumebuls



Confor'Table

Institut Paul Ricoeur Collège / Lycée

Semaine du 14 au 18 novembre 2022



Savez-vous que
notre cerveau consomme
à lui seul 20% de l'énergie fournie à
l'organisme par notre alimentation ?
Pour bien fonctionner, notre cerveau
a besoin de 40 éléments nutrition-
nels :

15 minéraux et oligo-éléments,
8 acides aminés, 13 vitamines et
4 acides gras. Toute carence de l'un
ou l'autre de ces éléments peut alté-
rer le fonctionnement
des cellules nerveuses, et par consé-

Jeudi

Carottes râpées
Mousse de foie*

Steak haché sauce poivre
Filet de colin sauce Choron
Pommes noisettes
Haricots blancs

Yaourt aromatisé
Vache qui Rit

Donuts



Vendredi

Salade de cœurs de palmier
Concombre Bulgare

Filet de Hoki Meunière
Riz
Haricots beurre

Petit suisse sucré
Tome Grise

Compote pomme
Goût Biscuit
Entremet vanille



Produit de l'Agriculture
Biologique



Recette du Chef



Viande origine France

* à base de porc S/P : sans porc



Végétarien