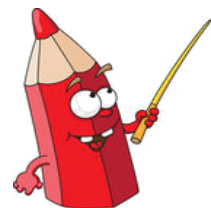


Semaine 12



Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi



Vendredi



Repas bio végétarien

Les groupes d'aliments



- Entrée
- Plat principal
- Légume Féculent
- Produit laitier
- Dessert

Salade de blé provençale

Filet de volaille au jus

Chou fleur béchamel

Le carré président

Flan caramel

Chou blanc vinaigrette

Colin sauce provençale

Semoule aux petits légumes

Saint Paulin

Fruit



Dambou

Poulet yassa

Carottes au cumin

Petit suisse sucré

Rocher coco

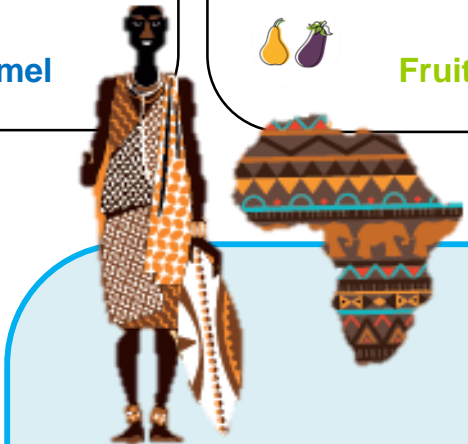
Betteraves bio vinaigrette

Dahl de lentilles bio

Riz bio

Brie bio

Fruit bio



A la découverte de l'Afrique centrale



La Cantina voyageuse fait escale en Afrique : destination magique et mystérieuse. Chaque région et chaque pays a sa richesse, nous partirons à la découverte de la brousse en plein centre du continent.

Jeudi le chef te propose une salade Dambou à base de boulgour, pois chiches et épinards. En plat tu dégustera un poulet Yassa, recette traditionnelle du continent africain.

Il s'agit d'un plat d'origine sénégalaise à base d'oignons frits accompagné de viande marinée dans du citron (yassa à la viande, yassa soguoma), de poulet (yassa au poulet ou poulet yassa) ou de poisson (yassa au poisson).

Choix de la semaine

Entrée : Potage de légumes
Légume : Haricots verts



Repas sans porc :

Présence de porc signalée par *

Légende :

- Produit issu de l'agriculture biologique
- Produit de saison
- Produit local

Compte-tenu du contexte actuel difficile en termes d'approvisionnements en produits alimentaires, les menus sont exceptionnellement à titre indicatif