

Maternelles & Élémentaires

Semaine du 25 au 29 septembre 2017

Les menus concoctés par notre diététicienne

Lundi

- Betteraves rouges BIO
- Saucisse
- Lentillons BIO
- Ail et fines herbes
- Pomme

Jeudi

- Chou rouge
- Filet de lieu à l'estragon
- Boulgour
- Yaourt nature
- Compote



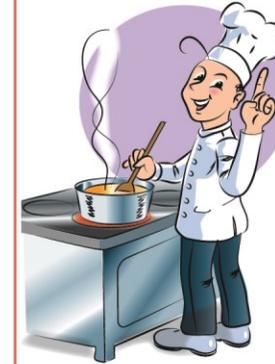
Mardi

- Salade chinoise
- Poulet rôti
- Carottes
- Emmental
- Semoule au caramel

Vendredi

- Endives
- Rôti de veau au jus
- Choux de Bruxelles
- Fromage
- Tarte au chocolat

La recette de Marion



Soupe courgettes petits pois

- 400 g de petits pois
- 3 courgettes
- 100 g de fromage ail et fines herbes

Préparation

Epluchez les courgettes et coupez les en petits cubes,

Mettez dans une casserole les petits pois et les courgettes et couvrez d'eau.

Cuire 20 à 25 minutes,

Mettez le tout dans le mixeur avec le fromage.

Ajuster l'eau en fonction de vos préférences,

Ce qu'il te faut dans un repas :

- Une cuitité (légume ou fruit cuit)
- Une crudité (légume ou fruit cru)
- Un féculent
- Une viande, poisson ou œuf
- Un produit laitier (fromage, yaourt ou lait)
- De l'eau

*VBF : viande bovine française

Pain Bio servi à tous les repas !



Caisse des écoles publiques de Reims

Reims.fr