

Semaine 3

Menu

Du 14 au 18 janvier 2019



<i>Lundi</i>		<i>Mardi</i>		<i>Jeudi Menu Antique*</i>		<i>Vendredi</i>	
Salade de cœur de palmier		Pousses de soja et maïs		Salade César		Betteraves crues râpées	
Pavé de saumon à l'aneth		Sauté de porc au chorizo		Pilons de poulet		Spaghetti Bolognaise	
Riz aux 3 saveurs/ brunoise de légumes		Lentilles		Pommes de terre et topinambours sautés		Salade verte	
		Yaourt nature					
Crème dessert vanille		Clémentine		Galette des rois		Compote de poires	



Les groupes d'aliments	
	Fruits et légumes verts
	Vianades / Poissons / Oeufs
	Produits laitiers
	Féculents
	Produits sucrés
	Matières grasses

Producteurs locaux:
- Volailles : Nouet et Fils à la Mancellière sur Vire
- Fruits et légumes : Epicerie à Percy en N
- Viande : La Chaiseronne à Brécécy
- Laitages : ferme Les Longs Champs à Tessy/s/Vire
- Saucisses : Charcuterie Potin à Percy en N
- Pomme de terre, carottes : Manche Pomme de Terre à Créances

Ce menu respecte les recommandations nutritionnelles du GEMRCN. Toutefois, des modifications peuvent avoir lieu en fonction des livraisons. Les livraisons utilisées sont d'origine française, achetées à des fournisseurs locaux. Tous les plats sont fabriqués sur place.