

LUNDI 	MARDI 	MERCREDI 	JEUDI 	VENDREDI 
Tomates basilic	Carottes râpées		Perles aux légumes	Salade verte
Ravioli ricotta épinard	Tajine d'émincé de volaille au citron		Paella au poulet	Coudes sauce carbonara de saumon
Petits pois carottes	Semoule Ratatouille		Riz paella Courgettes aux épices espagnol	Haricots verts au naturel
Emmental	Edam		Brie	Fromage frais fouetté
Dessert pommes-ananas	Corbeille de fruits		Gâteau basque	Compote de pommes allégée en sucre

 Viandes, poissons et oeufs

 Légumes & fruits

 Produits céréaliers, féculents et légumes secs

 produits laitiers

* produits riches en graisses
 ** desserts sucrés