



Semaine du 22 au 28 janvier 2018

Lundi

Salade de céleri rémoulade  
Tranche de paleron au jus  
Semoule de blé  
Gouda  
Compote pommes  
framboises

Mardi

Croisillon emmental  
Sauté de porc bourgeoise  
Printanière de légumes  
Fromage blanc  
Fruit

Mercredi

Jeudi

Salade vigneronne  
Filet de dinde à l'orientale  
Ratatouille niçoise  
Tomme blanche  
Paris Brest

Vendredi

Chou-fleur vinaigrette  
Filet de plie sauce  
homardine  
Tagliatelles au beurre  
Cantadou  
Fruit

Produits laitiers

Fruits et légumes

Viandes Poissons Œufs

Féculents

Produits sucrés

### L'info de Steeby



*La diversité est la clé de l'équilibre alimentaire. En pleine croissance, les enfants doivent manger varié. C'est important pour leur santé mais également pour leur permettre d'être curieux et ouverts, voire de devenir des fins gourmets.*

*En semaine, demandez-leur ce qu'ils ont mangé à la cantine et proposez-leur un dîner différent.*

*Conseil + : l'équilibre alimentaire se fait sur une semaine et non sur une journée. Pas de panique donc si, durant un jour ou deux, ses repas sont déstructurés. Votre enfant a encore cinq à six jours pour se rattraper !*

*Le sauté de porc est accompagné d'une sauce avec des morceaux de carottes.*

*La salade vigneronne est composée de salade verte, lardons, croûtons, œufs durs.*

*Le filet de dinde à l'orientale est cuisiné avec du concentré de tomates et des oignons.*

*La sauce homardine est réalisée avec de la bisque de homards et du paprika.*

Produits d'hiver

