


























## Au menu cette semaine

Déjeuner		14 allergènes à déclaration obligatoire	
<b>Lundi 06/12</b>	Potage à la vache qui rit 	 Gluten	 Lait
	Boles de picolat		
<b>Mardi 07/12</b>	Haricots blancs	 Œuf	 Poisson
	Fruit		
<b>Mardi 07/12</b>	Saucisson 	 Crustacé	 Coquillage
	Poêlée provençale de blé au poulet		
<b>Mardi 07/12</b>	Laitage 	 Arachide	 Fruits à coque
	Hachis parmentier 		
<b>Mardi 07/12</b>	Fromage 	 Sésame	 Céleri
	Compote		
<b>Mardi 07/12</b>	Salade verte	 Lupin	 Moutarde
	Tartiflette veggie 		
<b>Mardi 07/12</b>	Compote 	 Soja	 Sulfites
	<b>Mercredi 08/12</b>		
<b>Mercredi 08/12</b>	Potage	  	
	Paëlla		
<b>Mercredi 08/12</b>	Fromage 		
	Fruit		
<b>Mercredi 08/12</b>	<b>Jeudi 09/12</b>		
<b>Vendredi 10/12</b>			

### VIANDE - POISSON - ŒUF



Indispensables pour avoir des protéines nécessaires aux muscles notamment et du fer.



Pour un enfant de 5 ans, une portion de 50g de viande ou de poisson ou 1 œuf par jour suffit



Pour un enfant de 10 ans, une portion de 100g de viande ou de poisson ou 2 œuf par jour suffit.

