



	Lundi 28 mars 2016	Mardi 29 mars 2016	Mercredi 30 mars 2016	Jeudi 31 mars 2016	Vendredi 1 avril 2016
Entrée		Taboulé		Pâté de campagne	Duo céleri & carottes rémoulade
Plat principal		Tempe de porc "charcutière"		Boulette d'agneau Printanière	Filet de lieu sauce bonne-femme
Garniture		Carottes vichy		Poêlée de légumes	Pommes vapeur
Produit Laitier		Comté		Brie	
Dessert		Fruits		Fruit	Cocktail de fruits

VACANCES SCOLAIRES

	Lundi 18 avril 2016	Mardi 19 avril 2016	Mercredi 20 avril 2016	Jeudi 21 avril 2016	Vendredi 22 avril 2016
Entrée	Salade rizetti au thon	Radis beurre		Carottes râpées vinaigrette	Saucisson à l'ail
Plat principal	Blanquette de porc	Emincé de dinde Basquaise		Pot-Au-Feu	Filet de Hoki et son coulis de poireaux
Garniture	Haricots verts	Pommes rissolées			Printanière de légumes
Produit Laitier	Samos	Camembert			
Dessert	Fruits	Crème dessert à la vanille		Riz au lait	Fruits

Menus répondant aux exigences du PNNS & aux recommandations du GEMRCN

: Produit issu de l'agriculture Biologique

A la découverte des familles d'aliments – ce mois-ci :



**PRODUITS
SUCRES:**
bonbon, pâtisserie,
soda

La famille des produits sucrés regroupe le sucre, les confiseries, les chocolats, les pâtisseries, les desserts sucrés ou encore les sodas.

On la surnomme souvent la famille des « calories vides » car elle apporte beaucoup d'énergie mais peu de nutriments intéressants pour le bon fonctionnement de l'organisme.

Cette famille n'est donc pas indispensable à notre équilibre alimentaire, mais on peut consommer un produit sucré durant la journée pour le plaisir.

Attention toutefois à bien se brosser les dents pour éviter les caries !