

# repas semaine N° 40 - Validés par une diététicienne

lundi 3 octobre 2022

Steak fromager

Risotto de quinoa

Fromage

Mousse au chocolat



Vert : crudités :

Violet : cuidités :

Marron : féculents

Rouge : Protéine

Bleu : produit laitier

## Légende

jeudi 6 octobre 2022

salade de brocoli

Noix de joue de bœuf

Riz

Pomme

mardi 4 octobre 2022

Tomates mozzarella

Cabillaud sauce citron

Boulgour à la tomate

Paris brest

vendredi 7 octobre 2022

Pâtes

Sauce à la carbonara

Yaourt nature

Salade de fruits

Ecoles 4 éléments



produits locaux



produits français



produits ardéchois



produits régionaux



Produits bio