

Semaine 02

Menu

Du 10 janvier au 14 janvier 2022



Lundi		Mardi		Jeudi		Vendredi	
Salade coleslaw		Salade d'avocats, poivrons, tomates				Velouté de butternut à la poire	
Haut de cuisse de poulet rôti		Tajine de veau à la marocaine				Dos de lieu noir sauce beurre blanc	
Brocolis, quinoa	 	Lentilles corail				Riz pilaf, ratatouille	
Entremet vanille		Fromage blanc sucré				Entremet spéculoos	
Poires au sirop		Pomme					



Les groupes d'aliments	
	Fruits et légumes verts
	Viandes / Poissons / Oeufs
	Produits laitiers
	Féculents
	Produits sucrés
	Matières grasses

Producteurs locaux :
- Volailles : Nouet et Fils à la Mancellière sur Vire
- Fruits et légumes : Epicerie à Percy en N
- Viande : La Chaiseronne à Brécey
- Laitages : ferme Les Longs Champs à Tessy/s/Vire
- Saucisses : Charcuterie Potin à Percy en N
- Pomme de terre, carottes : Manche Pomme de Terre à Créances

Ce menu respecte les recommandations nutritionnelles du GEMRCN. Toutefois, des modifications peuvent avoir lieu en fonction des livraisons.

