



Menu de décembre 2022

Le sais-tu ?

L'épinard est une plante annuelle. Elle pousse au départ en rosette, (comme les feuilles de laitue ou de pissenlit par exemple), et compte une base de 15 à 20 feuilles. Pendant sa croissance, une tige se forme. Elle peut atteindre 70 cm de haut. Les semis sont effectués toute l'année. La période de végétation est particulièrement courte : 4 à 7 semaines seulement. La récolte est faite manuellement et au jour le jour pour assurer une qualité optimale et continue sur les étals. Le producteur coupe d'abord les feuilles extérieures pour laisser les jeunes pousses se développer au cœur de la plante.



jeudi 1^{er}

vendredi 2

carottes râpées
pizza maison
entremet vanille maison



maquereau à la moutarde
cuisse de poulet
chou fleur brocolis
en gratin
brie compote



lundi 5

mardi 6

jeudi 8

vendredi 9

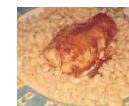
potage vermicelle
sauté de dinde
carottes riz
Babybel
poire



concombre et maïs
croque monsieur
bûche mi-chèvre
fruits cuits



betteraves rouges crues
filet de merlu frais
pâtes macaroni
Petit Louis
petits gâteaux



céleri rémoulade
ragout de bœuf
salsifis champignons
chocolat liégeois



lundi 12

mardi 13

jeudi 15

vendredi 16

salade verte surimi
et dés de fromage
ravioli de bœuf
gâteau au yaourt maison



endives et noix
escalope de poulet
haricots beurre
mousse fromage frais aux fruits



Menu végétarien

radis et concombre
omelette aux légumes
comté
pomme colorée



Menu de Noël

mousson de canard sur lit de
salade verte
noix de jambon mariné au miel
et à l'orange
pommes duchesse
fromages divers
bûche glacée chocolat et sa
gourmandise



LÉGENDE

Légumes et fruits crus
Légumes et fruits cuits
Plat protidique
Féculent
Produit laitier
Produit lipidique



Les menus peuvent varier en fonction des livraisons, merci de votre compréhension.