

Le sais-tu ?

Leurs noms se ressemblent et pourtant, ils ne sont pas synonymes. **Le potiron et le potimarron** sont tous les deux des cucurbitacées. Mais difficile de les distinguer avec tout ce orange ! Chacun a sa forme, sa couleur et son goût.

Le potiron, bien qu'il y ressemble légèrement, ne doit surtout pas être confondu avec la citrouille. Sa forme est généralement ronde, mais aplatie, et sa couleur tend vers l'orange vif.

Le potimarron, quant à lui, est différent et a une forme plutôt allongée qui se rapproche assez de celle de la poire ou d'une toupie. Il est plus petit que le potiron. Sa chair est aussi plus tendre.

LÉGENDE

Légumes et fruits crus

Légumes et fruits cuits

Plat protidique

Féculent





Produit laitier

Produit lipidique



Menu de novembre 2023



lundi 6	mardi 7	jeudi 9	vendredi 10
taboulé concombres poisson pané haricots verts fromage pâte pressée non cuite poire 	velouté de poireaux escalope de poulet petits pois yaourt nature sucré 	céleri rémoulade petit brin de veau carottes à la crème comté clémentine 	méli mélo de crudités saucisse et merguez mojettes à la tomate liégeois à la vanille 
lundi 13	mardi 14	jeudi 16	vendredi 17
râpé de carottes chausson de volaille bolognaise  gratin de courgettes fromage ail et fines herbes gâteau basque	<u>Menu végétarien</u> soupe de légumes boulettes soja et tomate lentilles vertes fromage blanc confiture 	tranches de saucisson filet d'églefin jardinière de légumes brie fruit de saison 	salade verte duo de fromages sauté de dinde pennes  compote
lundi 20	mardi 21	jeudi 23	vendredi 24
mêlée de crudités boulettes de bœuf blé  fromages variés clémentine	duo de choux boudin noir purée de pommes de terre crème dessert à la vanille 	poireau vinaigrette cuisse de poulet légumes du soleil mini fromage à pâte molle pomme 	<u>Menu Gastronomades</u> velouté de topinambours filet de truite chou fleur et butternut rôtis tarte aux pommes 
lundi 27	mardi 28	jeudi 30	
betteraves crues rôti de porc pommes de terre sarladaises bûche mi chèvre poire 	crêpe au fromage tranche d'agneau grillé mêlée de légumes verts liégeois chocolat 	céleri rémoulade dos de colin, lieu semoule  fromage pâte pressée non cuite fruit de saison	

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