



# repas semaine N°13 - Validés par une diététicienne

Lundi 29 mars 2021	
	estouffade de boeuf
	carottes au jus
	yaourt
	beignet chocolat






mardi 30 mars 2021	
	salade verte et croustons / dés de bleu
	colin au curry
	boulgour
	crème dessert caramel

## Légende






- Vert : crudités :
- Violet : cuidités :
- Marron : féculents
- Rouge : Protéine
- Bleu : produit laitier

jeudi 1 avril 2021	
	salade d'ébly
	falafels
	épinards
	yaourt
	banane

vendredi 2 avril 2021	
	carottes rapées aux noix
	blanquette de dinde
	duo de petits pois et riz
	pomme

Ecoles 4 éléments



-  **produits locaux**
-  **produits français**
-  **produits ardéchois**
-  **produits régionaux**
-  **Produits bio**