



ECOLE D'OSSEJA  
MENU ETE

*légende:*  
Produits frais  
Fait maison Produits frais et locaux  
Végétarien Produits du terroir selon arrivage

	LUNDI 24/09/18	MARDI 25/09/18	MERCREDI 26/09/18	JEUDI 27/09/18	VENDREDI 28/09/18
2	SALADE VERTE, MAÏS, TOMATE	CAROTTES RAPEES	JAMBON SEC	TARTARE DE COURGETTE	PASTEQUE
	TAJINE D'AGNEAU	PANE DE BLE, TOMATES, MOZZARELLA 	BOUCHEE A LA REINE AU SAUMON	ROTI DE VEAU	SAUCISSE
	SEMOULE	HARICOTS VERTS	POEELE DE LEGUMES	GRATIN BROCOLIS	LENTILLES CAROTTES
	FROMAGE BLANC	MOUSSE AU CHOCOLAT	FRUIT	FROMAGE	FROMAGE
	FRUIT	COMPOTE	YAOURT SUCRE 	TARTE MIRABELLE	FRUIT

**Le petit + santé** 😊

Réputée pour leurs qualités nutritionnelles, les **légumineuses** ont une teneur élevée en protéines, minéraux et vitamines. Associées à des aliments riches en vitamine C (persil frais, choux crus, brocoli, poivron jaune...), leur contenu en fer très élevé fait d'elles une source substantielle pour reconstituer les réserves en fer. A consommer au moins 3 fois par semaine!



**ALLERGENES:** La composition de nos plats peut varier d'une production à l'autre. Les plats sont susceptibles de contenir des substances ou dérivés pouvant entraîner des allergies ou intolérances.

