



	LUNDI 18/06/18	MARDI 19/06/18	MERCREDI 20/06/18	JEUDI 21/06/18	VENDREDI 22/06/18
3	SALADE DE TOMATES	TABOULE	SALADE DE MAIS	CREPE AU FROMAGE	CONCOMBRES A LA BULGARE
	ESCALOPE AU JUS	BOULETTES DE SARRASIN	COUSCOUS	DOS DE CABILLAUD	JAMBON GRILLE
	HARICOTS PLATS	RATATOUILLE		RIZ	LENTILLES DES DE CAROTTES
	YAOURT CHOCOLAT	 FROMAGE	FROMAGE BLANC	YAOURT VANILLE 	GATEAU DE SEMOULE
	COMPOTE	FRUIT	ECLAIR AU CHOCOLAT	FRUIT	COMPOTE

Le petit + santé 😊

Les Tomates: Le rôle antioxydant des caroténoïdes contribue à nous protéger du rayonnement solaire. Lors d'une exposition au soleil, le taux de caroténoïdes cutané de notre corps chute de 50%. Un apport quotidien est indispensable afin de recharger et maintenir le capital de caroténoïdes afin de constituer des réserves et mieux tolérer les U.V... et donc mieux bronzer avec moins de soleil. ..



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.