



Lundi 14 septembre

Pommes de terre vapeur • Haricots fondants aux herbes du jardin • Œuf dur
Sauce au yogourt douce

Geste des enfants • Nous choisissons les herbes du jardin et les ajoutons à la sauce au yogourt.

Séré nature • Nectarine • Petits biscuits aux céréales

Mardi 15 septembre

Steak de bœuf haché à la sauce tomate • Riz complet • Brocolis cuits à la vapeur

Geste des enfants • Nous coupons les tomates et ajoutons les herbes du jardin à la sauce tomate.

Compote de pomme maison à la cannelle • Pain aux céréales

Jeudi 17 septembre

Filet de perche aux herbes • Pommes de terre rôties • Poivrons et courgettes rôties

Geste des enfants • Nous ramassons les légumes du jardin.

Yogourt nature • Banane • Flocons d'avoine

Vendredi 18 septembre

Risotto crémeux aux courgettes et petits pois • Copeaux de fromage • Salade de carottes râpées

Geste des enfants • Nous ramassons les courgettes et coupons le fromage en morceaux.

Tartine de houmous • Banane

À la fin de chaque repas de midi

Mélange de fruits frais de saison.