

# MENUS SEMAINE 1

Date	Lundi 4	Mardi 5	Jeudi 7	Vendredi
Du 04/11 Au 08/11	<b>Betterave rouge</b> <b>Jambon Sce</b> <b>Champignon</b> <b>Frites</b> <b>Fruit</b>	<b>Gratin de lég Lentille</b> <b>PDT</b> <b>Fromage de Chèvre</b> <b>Tarte aux</b> <b>Pommes</b>	<b>Soupe de légumes</b> <b>Poisson Coco/ Curry</b> <b>Riz Madras</b> <b>Fromage Blanc</b>	<b>Terrine de Campagne</b> <b>Coquille</b> <b>Bolognaise</b> <b>Fruit</b>



## Cuisine & Service

Franky et Sandrine Rubigny

Traiteur Evenementiel

06 38 61 70 50

Service et Décoration : 06 18 22 52 86

49 rue des chataigniers  
76280 Criquetot L'Esneval

Email : cuisine-et-service@hotmail.fr

Site web : www.cuisine-et-service-traiteur.fr

Poisson : (Lieu ou Cabillaud) MSC  
 Poulet : Label Rouge Gers  
 Yaourt et Fromage Blanc :  
 "Ferme saveur de Lait" Produit Ferme  
 Légumes : Maraîcher Locaux  
 Cueillette d'Octeville  
 Bœuf : Laude Filière Local  
 Dessert: Fait maison  
 Œuf, Lentille et céréale : Bio

Tous les repas sont confectionnés « maison »  
 Nous veillons à utiliser des  
 « produits locaux et de saison »  
 Nos plats peuvent contenir les allergènes suivants :  
 Lait, Gluten, Œuf, Poisson, Mollusque, Crustacés,  
 Sésames, Soja, Arachide, Lupin, Fruit à coque, Céleri,  
 Moutarde, Anhydride sulfites  
 Nos menus sont susceptibles d'être modifiés,  
 pour faire face des problèmes d'approvisionnement



Votre enfant a besoin de 3 à 4 portions de laitages maxi/jours

(1 portion = 1 yaourt, 1 suisse, 1 fromage blanc, 1 part de fromage, 150 ml de lait)

Soyez vigilant sur la quantité de lait servit → Préférer le servir dans un petit verre plutôt qu'un bol ou un mug.

Si votre enfant n'aime pas les laitages, pas de panique, il y a aussi du calcium dans les légumes, légumineuses, amandes, noix, et certaines eaux.

Et n'oubliez pas : bouger, renforce les os !