

Semaine du 03 au 07 octobre 2022

Les Légumebuls



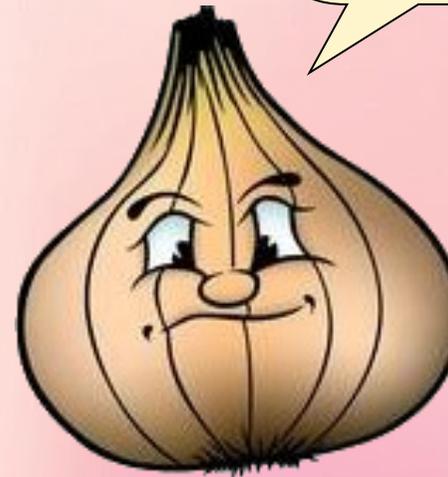
Lundi

Filet de poulet Tandoori
Riz
Brocolis
Petit suisse sucré
Pomme



Mardi

Cordon Bleu
Lentilles
Yaourt aux fruits
Orange



J'ai pas pris un peu de poids ? Moi ?

Ecole Saint Marcel

Vendredi

Beignets de poisson
Sauce Tartare
Blé
Tomates au four
Petit suisse aux fruits
Compote



Jeudi

Tomate vinaigrette
Croque Fromage
Courgettes au Cumin
Brownies



Le sucre :
Un si doux poison.....

Autrefois un luxe, le sucre est devenu un produit de consommation courante.

Tout le monde ou presque en consomme mais il peut être dangereux. Présent dans le lait maternel, il reste tout au long de notre vie «le goût qui reconforte». Le sucre fournit le glucose, un carburant indispensable au fonctionnement du corps et du cerveau, mais à haute dose, c'est un poison. Au-delà des caries, c'est un considérable problème de santé publique auquel la société doit faire face. Consommé avec excès, les médecins attribuent au sucre une implication dans les maux actuels : l'obésité et les maladies cardio-vasculaires !!



Produit de l'Agriculture Biologique



Recette du Chef



Viande origine France

* à base de porc S/P : sans porc



Végétarien