



Saveurs & Traditions du Bocage

Bien manger, pour vivre mieux.

Semaine du **17 au 23 octobre 2022**



Lundi

Chou blanc vinaigrette
Pavé de dinde basquaise
 Duo de haricots
 Petit suisse
 Chausson aux pommes



Mardi

Concombres à la crème
Sauté de bœuf à l'ancienne
 Pommes vapeur
 Camembert
 Danette chocolat



Mercredi

Jeudi

Carottes râpées BIO
 citronnées
 Chili veggie
 Riz
 Petit Cotentin
 Compote de pommes fraises



Vendredi

Sal. bretonne lentilles
lardons
Filet de colin meunière au citron
 Brunoise de légumes
 Cantal AOP
 Fruit BIO




L'info de Steeby



Manger est un des plus grands plaisirs de la vie. Bien manger, cela signifie non seulement manger à sa faim, être rassasié, mais également manger de bonnes et belles choses, des aliments de qualité, en toute convivialité...

Toutes les études le prouvent, nous construisons notre santé avec notre alimentation. Il est donc important d'accorder une place de choix à une alimentation variée et équilibrée.

Ainsi, nous mettons toutes les chances de notre côté pour rester en forme, pour longtemps !

● Produits laitiers ● Fruits & légumes ● Viandes Poissons Œufs ● Féculents ● Produits sucrés

- Sauce basquaise : concentré de tomates, huile olives, poivrons, tomates concassées
- Sauté de bœuf à l'ancienne : sauce roux brun, carottes, oignons.
- Brunoise de légumes : carottes, poireaux, navets, céleri rave. Assaisonnement avec un beurre local.



www.stb03.fr

ZI Porte Val de Cher ■ 6, rue de l'Industrie ■ 03410 Saint-Victor ☎ 04 70 51 45 10

