



Saveurs & Traditions du Bocage

Bien manger, pour vivre mieux.
Semaine du **29 mai au 04 juin 2023**



Lundi

FERIE

Mardi

Melon
Bœuf en daube
Semoule BIO
Petit Louis
Compote pommes
framboises



Mercredi

Jeudi

Tomate vinaigrette
Sauté de poulet à la
bourguignonne
Riz blanc nature
Babybel rouge BIO
Mousse au chocolat



Vendredi

Salade verte au gruyère
Falafels coulis de tomates
Poêlée de légumes
verts
Petit suisse
Tarte aux pommes



L'info de Steeby

● Produits laitiers

● Fruits & légumes

● Viandes Poissons (Œufs)

● Féculents

● Produits sucrés



Pour être en forme, un enfant de 10 ans doit dormir en moyenne 10 heures par nuit. Mais comme pour l'adulte, les besoins peuvent être très différents d'un enfant à un autre. Dans tous les cas, tu dois savoir que la télévision mais aussi les jeux vidéo nuisent à l'endormissement. A tel point que les enfants d'aujourd'hui dorment une heure de moins que leurs parents au même âge.

Un conseil pour aller dormir ? Prends un livre, lis quelques pages et surtout écoute ton corps !

- Sauté poulet bourguignonne : contient des lardons.
- Falafels : boulettes à base de pois chiches et de fèves.

Scannez
et découvrez !



Pour scanner, téléchargez l'App linking
gratuite sur unidig.fr/stb

www.stb03.fr

ZI Porte Val de Cher ■ 6, rue de l'Industrie ■ 03410 Saint-Victor

☎ 04 70 51 45 10

