

### MANDA'RIRES ET ARTI'CHOUX

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
<b>Matin</b>	Fruits ou bâtons de légumes				
<b>*Dîner</b>	Salade de cœurs d'artichauts	Escalivade de légumes, condiment d'olives marinées	Salade de betteraves	Salade romaine au parfum d'Asie	Salade de haricots verts à l'échalote
	Gratin de penne rigate au gruyère	Navarin d'agneau printanier au romarin	Filet de poulet doré au beurre d'estragon	Rouleau de printemps végétal, sauce légère au teriyaki	Croustillant de cabillaud sauce andalouse
		Riz	Moelleux de polenta à la crème de gruyère	Nouilles de riz	Pommes de terre sautées
Légumes du soleil en ratatouille	Poêlée de champignons au beurre de persil	Tomate confite au piment d'Espelette	Courgettes sautées à la coriandre	Poivrons grillés	
<b>*Goûter</b>	Fruits	Fruits	Compote de pommes et rhubarbes	Fruits	Fruits
	Yogourt aux fruits	Fromage	Yogourt	Perles du japon au lait de coco et coulis de mangue	Fromage
	Pain mi-blanc	Pain bis	Pain torsade		Pain paysan

### ARTI'CHOUX MIXES ET INTERMEDIAIRES

<b>*Dîner</b>					
<b>*Goûter</b>	compote de fruits - yogourt - céréales				

\*Le dîner et le goûter sont accompagnés de fruits

Les légumes et les fruits sont essentiellement de saison

Nous privilégions les produits certifiés GRTA (Genève, Région - Terre et Avenir) et BIO

Les provenances des viandes et poissons seront affichées les lundis

	Présence de produits laitiers		Présence de fruits à coque		Présence de maïs
	Présence de gluten		Présence d'œuf		Présence de soja

