



Toutes les semaines des produits  
**BIO & LOCAUX**



### LUNDI 2

#### Déjeuner

- Salade de Lentilles
- Dos de Colin Grillé
- Poêlée de Légumes à la Crème
- Carottes-Navets

- Beignet Chocolat ou Framboise

#### Dîner

- Radis au Fromage Blanc
- Spaghetti Bolognaise
- Smoothie



### MARDI 3

#### Déjeuner

- Salade de Tomates -Mozzarella
- Cordon Bleu
- Petits-Pois / Endive Braisée
- Compote

#### Dîner

- Verrine de Betterave
- Quiche Saumon-Epinards & Fromage Frais
- Salade Verte
- Sabayon aux Fruits Rouges

### MERCREDI 4

#### Déjeuner

- Melon
- Burger
- Frites
- Fraises & Fromage Blanc

#### Dîner

- Salade de Pommes de Terre-Cœufs-Tomates Olives
- Omelette aux Légumes
- Brocolis-Poivrons-Tomates
- Crème Brûlée Maison



### JEUDI 5

#### Déjeuner

- Salade Verte-Radis-Maïs
- Escalope de Porc / Mi-Cuit de Thon
- Purée de Patate Douce
- Muffin Miel-Citron

#### Dîner

## SOIREE BARBECUE

- Salade de Tomates-Maïs & Concombre
- Brochette de Poulet
- Brochette de Légumes
- Chips
- Glace & Orangeade



### VENDREDI 6

#### Déjeuner

- Charcuterie
- Poisson Pané
- Riz / Piperade
- Tomates-Poivrons -Courgettes
- Yaourt



Bon Appétit

### La Loire à Vélo, un parcours unique



#### Exploration, Liberté & Respect de l'Environnement

La Loire à Vélo est un Parcours Cyclo-Touristique de 900km à travers la France, de Cuffy (Près de Nevers) à Saint-Brévin-les-Pins (Loire Atlantique).

L'occasion idéale de s'évader à petit budget et de découvrir de nouveaux paysages, sans objectif de performance ou de compétition.

**Un Green Road Trip, bon pour l'Esprit, le Corps & la Planète !**

Le Gestionnaire Comptable

Le Proviseur,

Julien BENOIT

Dominique BIZEUL

