



**Lundi**

Salade Marco Polo aux  
pates BIO   
**Knacks**  
Poêlée de haricots verts  
Emmental  
Pomme BIO

**Mardi**

Salade coleslaw  
Estouffade de bœuf à   
l'ancienne  
Semoule BIO   
Petit Louis  
Crème caramel

**Mercrèdi**

FERIE

**Jeudi** 

Duo brocolis chou fleur  
Lasagnes de légumes  
(PC)  
Croc'lait BIO   
Banane 

**Vendredi**

Salade de mâche aux noix   
**Filet de colin meunière**  
Courgettes  
persillées   
Fromage blanc  
Beignet chocolat

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

## L'info de Steeby

Pourquoi boire de l'eau tous les jours ? L'eau est indispensable au bon fonctionnement de notre organisme. Elle représente plus de 60% du poids de notre corps. Or, chaque jour une quantité importante d'eau s'échappe de notre corps (respiration, transpiration, urine...). Ces pertes sont compensées en partie par notre alimentation. Le reste ? C'est l'eau que nous buvons qui nous le procure. C'est pourquoi il est recommandé de boire chaque jour de l'eau à volonté. Attention, la soif est le signe que notre corps manque déjà d'eau...



- Salade Marco Polo : pâtes BIO, poivrons, miettes de surimi.
- Salade coleslaw : chou, carottes, oignons, sauce rémoulade.
- Sauce ancienne : fond de veau, oignons, carottes.
- Colin meunière : servi avec ¼ de citron

