

Lundi 29

Vacances de Pâques

Mardi 30

Vacances de Pâques

Jeudi 2

Vacances de Pâques

Vendredi 3

Vacances de Pâques

Lundi 6

Salade Niçoise
Quiche Lorraine /
Salade verte
Fruit de saison

Mardi 7

Rosette
Spaghettis
aux légumes
Yaourt
Raisins secs

Jeudi 9

Jeudi de l'Ascension

Vendredi 10

Pont de l'Ascension

Lundi 13

Radis
Hachis Parmentier /
Salade verte
Fruits au sirop

Mardi 14 

Carottes râpées
Lasagnes
aux épinards
Fruit de saison

Jeudi 16

Méli-mélo de Quinoa /
Thon
Sauté de Dinde /
Gratin de choux-fleur
Fromage blanc

Vendredi 17

Salade de pâtes
Poisson pané /
Haricots verts
Fromage
Compote

Lundi 20

Lundi de Pentecôte

Mardi 21

Salade aux dés de
fromage
Rougail saucisses /
Riz
Yaourt fruité

Jeudi 23

Salade indienne
Lasagnes Bolognaise
Crème au chocolat

Vendredi 24 


Toast de chèvre
Couscous végétarien
Yaourt brassé

Lundi 27

Concombres
Pizza / Salade verte
Compote

Mardi 28

Radis
Roti de porc /
Flageolets
Fruit frais

Jeudi 30 

Duo de carottes
et céleri
Dhal de lentilles /
Riz
Fromage
Fruit frais



Vendredi 31


Betteraves / Oeuf dur
Poisson frais /
Haricots verts
Riz au lait

 : Repas végétarien hebdomadaire

Nos principaux fournisseurs ...


Pain : Boulangerie Benoit (Saffré)

Fruits et légumes : Fruidis  / Le Champ du Basilic (Treffieux) 


Pommes : Les vergers de la Grigonnais 

Poisson : Cap Marée / Passion Froid

Boeuf, saucisserie : TEBA (Puceul)



Epicierie sèche, riz, graines : Episaveurs (Rennes) 

Porc : La ferme du Bois Suzin (La Grigonnais) 

Pâtes : Ferme de la Kyrielle (Mouais) 

Poulet : JVT (Janzé) 

Dinde : La Brégonnerie (Nort-sur-Erdre) 

Laitages : Ferme de Belchamp (Saffré)  / Ferme Péard (Blain) 



Les légumineuses (telles que haricots rouges, lentilles, pois chiches...) sont particulièrement riches en fibres et en protéines végétales. Associées à des céréales, elles sont un excellent substitut à la viande.