



Saveurs & Traditions du Bocage

Bien manger, pour vivre mieux.

Semaine du **17 au 23 octobre 2022**



**Lundi**

Chou blanc vinaigrette  
**Pavé de dinde basquaise**  
 Duo de haricots  
 Petit suisse  
 Chausson aux pommes



**Mardi**

Concombres à la crème  
**Sauté de bœuf à l'ancienne**  
 Pommes vapeur  
 Camembert  
 Danette chocolat



**Mercredi**

**Jeudi**

Carottes râpées BIO  
 citronnées  
 Chili veggie  
 Riz  
 Petit Cotentin  
 Compote de pommes fraises




**Vendredi**

Sal. bretonne lentilles  
**lardons**  
**Filet de colin meunière au citron**  
 Brunoise de légumes  
 Cantal AOP  
 Fruit BIO





### L'info de Steeby



Manger est un des plus grands plaisirs de la vie. Bien manger, cela signifie non seulement manger à sa faim, être rassasié, mais également manger de bonnes et belles choses, des aliments de qualité, en toute convivialité...

Toutes les études le prouvent, nous construisons notre santé avec notre alimentation. Il est donc important d'accorder une place de choix à une alimentation variée et équilibrée.

Ainsi, nous mettons toutes les chances de notre côté pour rester en forme, pour longtemps !

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

- Sauce basquaise : concentré de tomates, huile olives, poivrons, tomates concassées
- Sauté de bœuf à l'ancienne : sauce roux brun, carottes, oignons.
- Brunoise de légumes : carottes, poireaux, navets, céleri rave. Assaisonnement avec un beurre local.



www.stb03.fr

ZI Porte Val de Cher ■ 6, rue de l'Industrie ■ 03410 Saint-Victor ☎ 04 70 51 45 10

