

AU MENU CETTE SEMAINE...



Cette semaine, les enfants vont pouvoir déguster de délicieux plats : **poisson meunière**, **sauté de veau au romarin**, **émincé de dinde sauce au thym** et le désormais très populaire **chili sin carne**.

À noter ce jeudi, pour tous nos jeunes convives, animation **Les Pas Pareilles**. Voir rubrique suivante

Consultez également les menus sur l'application et le site **SoHappy**, en cliquant [ici](#).

Découvrir les menus

LE MOT DE LA DIÉTÉTICIENNE

« Les pas pareilles »



Mars : Purée pomme bio pruneaux

C'est un dessert composé de pomme et pruneaux cuits.

Les ingrédients et leurs intérêts

- Pomme bio : apport en fibres, minéraux, vitamines, glucides et **anti-oxydants**
- Pruneaux : apport en glucides, fibres et minéraux (potassium notamment)

Le saviez-vous ? La peau de la pomme contient 4 à 5 fois plus De vitamines C que le reste du fruit



LA RECETTE ... DU CHEF !



Gateau de courgette trio de fromage

Cette semaine, le chef vous propose un plat aussi délicieux que gourmand : **un gateau de courgette et son trio de fromage**.

Découvrir la recette

L'ACTU

Remplacement de produit

Ce **vendredi 13**, le fromage blanc bio local sera remplacé par des yaourts naturels bio locaux.

La Coopérative Bio d'Ile de France nous a informé d'une baisse de lait dans la Bergerie Nationale de Rambouillet. Par conséquent, ce seront des yaourts bio locaux provenant des ateliers de Magny-le-Désert (61*) du réseau Invitation à la Ferme, qui seront servis.

**Atelier considéré comme bio local car issu de région limitrophe.*

Pour suivre en direct : l'actualité, les changements/remplacements de produits des cantines, n'hésitez pas à suivre la page Facebook de la Caisse des Écoles.

Voici le page Facebook : [Caisse des Ecoles du 18e](#)