

# Manzé la Kantine

Du 1<sup>er</sup> au 5 septembre 2025

## Lundi

Salade haricots verts

Pâte à la tomate et fromage

Fruit

## Mardi

Salade courgette

Manchon canard aux olives

Riz

Flan vanille

## Mercredi

## Jeudi

Salade choux

Carry boeuf  
Riz - Lentilles

Compote

## Vendredi

Salade macédoine

Poisson sauce d'huître  
Riz-Pois du Cap

Yaourt aromatisé



### Bon à savoir :

Il est conseillé de consommer à chaque repas des féculents sources d'amidon, notamment des aliments céréaliers (surtout des aliments céréaliers complet qui ont l'intérêt d'apporter des quantités appréciables de fibres), des pommes de terre, des légumineuses etc...