

Manzé la Kantine

Du 8 au 12 décembre 2025

Lundi

Sauté mine végétarien
Yaourt aux fruits

Mardi

Salade choux
Civet lapin
Riz
Fruit

Mercredi

Jeudi

Salade verte
Rougail boucané
Riz jaune
Calin sucré

Vendredi

Achard légumes
Carry thon
Riz - Haricot rouge
Crème dessert
(chocolat noisette)

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...