



Saveurs & Traditions du Bocage

Bien manger, pour vivre mieux.

Semaine du 20 au 26 septembre 2021



Lundi

Chou rouge au maïs
Tarte au fromage
Petits pois à l'étuvée
Fromage blanc nature
Coupelle de fruits

Mardi

Macédoine vinaigrette
Escalope de porc au jus
Frites
Samos
Fruit

MERcredi

Jeudi

Tomate BIO vinaigrette
Sauté de bœuf Stroganov
BIO
Coquillettes BIO au beurre
Edam BIO
Crème chocolat BIO

Vendredi

Taboulé
Dos de colin au jus
Carottes vapeur
Comté
Fruit

L'info de Steeby

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



Comme chez l'adulte, le besoin de sommeil est propre à chaque enfant. Il faut donc adapter l'heure du coucher à chacun. Pour fixer l'heure du coucher, il est nécessaire de reconnaître la typologie de son enfant (« couche tôt » ou « couche tard ») et de percevoir le moment privilégié de l'endormissement, les premiers signes de fatigue. En effet, lorsque les bâillements se succèdent, que les paupières s'alourdissent... il est temps d'aller au lit !

• Bœuf Stroganov : plat originaire de Russie, à base de viande de bœuf, accommodé de crème, de paprika, d'oignons et de champignons.

Rejoignez-nous sur facebook !

www.stb03.fr

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

