

Les Légumenbuls

Semaine du 12 au 16 octobre 2020



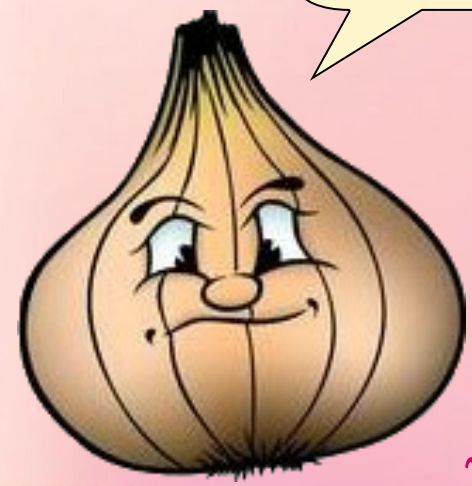
Ecole Notre Dame

Lundi

- Rillettes*
- Radis beurre
- Filet de poulet Tandoori  
- Semoule
- Petit suisse sucré
- Orange


Mardi

- Surimi mayonnaise
- Cordon bleu
- Frites
- Fromage à la coupe
- Gâteau Basque



J'ai pas pris un peu de poids ? Moi ?

Vendredi

- Concombre au yaourt 
- Saucisson sec*
- Beignets de poisson
- Sauce Tartare
- Fusilli
- Fromage à la coupe
- Pomme

Jeudi

- Tomate vinaigrette 
- Daube de boeuf  
- Riz
- Emmental
- Brownies

Le sucre :
Un si doux poison.....



Autrefois un luxe, le sucre est devenu un produit de consommation courante. Tout le monde ou presque en consomme mais il peut être dangereux. Présent dans le lait maternel, il reste tout au long de notre vie «le goût qui réconforte». Le sucre fournit le glucose, un carburant indispensable au fonctionnement du corps et du cerveau, mais à haute dose, c'est un poison. Au-delà des caries, c'est un considérable problème de santé publique auquel la société doit faire face. Consommé avec excès, les médecins attribuent au sucre une implication dans les maux actuels : l'obésité et les maladies cardio-vasculaires !!