



# Potée de butternut et poisson blanc



SAISONS



FACILE



MOYEN



LONG

		Moyens 6-18 mois	Grands 18-36 mois
	INGRÉDIENTS (BRUTS, CRUS)*	GRAMMES/PORTION	
Protéines	Poisson blanc (au choix)	15 g	30 g
Légumes	Butternut	175 g	215 g
Féculents	Pommes de terre	125 g	155 g
Matières Grasses	Huile d'olive Huile de colza	1 càc 2 càc	1 càc 1 càc

\*Allergènes en gras

## CONSEILS POUR LA PRÉPARATION

Cuire les pommes de terre et le butternut

Cuire le poisson

Mélanger le tout et ajouter l'huile de colza avant de servir

## REMARQUES



## APPRÉCIATION DE LA RECETTE

DATE	MOYENS	GRANDS
	/10	/10
	/10	/10
	/10	/10
	/10	/10
	/10	/10
	/10	/10

## EVALUATION DE LA QUANTITÉ

DATE	MOYENS			GRANDS		
	PROTÉINES	LÉGUMES	FÉCULENTS	PROTÉINES	LÉGUMES	FÉCULENTS

- ++ : Beaucoup trop
- + : Trop
- 0 : Plus ou moins correct
- : Pas assez
- — : Vraiment pas assez

Si il y a une fraction (viande, légumes, féculents) en trop, veuillez l'indiquer dans tableau