



Agneau aux légumes provençaux



SAISONS



MOYEN



CHER



LONG

		Moyens 6-18 mois	Grands 18-36 mois
	INGRÉDIENTS (BRUTS, CRUS)*	GRAMMES/PORTION	
Protéines	Agneau/haché d'agneau (! Pas de haché avant 1,5 ans)	20 g	40 g si agneau brut à hacher sinon 30 g de haché d'agneau
Légumes	Courgettes, aubergines, tomates	40 g courgettes, 40 g aubergines, 55 g tomates (OU mix 100 g cuit)	50 g courgettes, 50 g aubergines, 65 g tomates (OU mix 125 g cuit)
Féculents	Riz	40 g	50 g
Matières Grasses	Lait de coco Huile végétale	1 càc 2 càc	1 càc 1 càc
Assaisonnement	Herbes de Provence (optionnel)	1/8 càc	1/4 càc

*Allergènes en gras

CONSEILS POUR LA PRÉPARATION

Préparer la ratatouille, hacher l'agneau, ajouter le haché d'agneau et le lait de coco à la ratatouille, cuire le riz, égoutter, mélanger le tout et ajouter l'huile 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