

# Paniers de Légumes

**BIO**

LA  
SEMAINE  
DU  
GÔUT

À l'occasion de la semaine du Goût  
du 8 au 14 octobre 2018

Cuisinons  
en famille  
comme des  
chefs !

L'OGEC la Fraternelle pour l'École La Source à La Chapelle-Achard propose aux familles de s'essayer à la cuisine avec des fruits et légumes de saison, classiques et plus originaux, issus de l'agriculture biologique et cultivés localement. Les producteurs, établis au Girouard, à Nieul-le-Dolent et à la Chaize-le-Vicomte, joindront des fiches de recettes pour les moins inspirés.

Panier  
"Apprenti  
cuisinier"  
14 euros

2 Paniers  
de légumes  
BIO  
au choix

Panier  
"On est  
des chefs !"  
23 euros

Distribution  
des paniers  
vendredi 19 octobre  
de 16 h 30 à 19 h  
à l'École la Source  
La Chapelle-Achard





## Panier "Apprenti cuisinier"

1 kg de pommes de terre,  
500 gr de poireaux,  
500 gr de betteraves,  
200 gr d'oignons,  
1 kg de pommes,  
un Butternut d'env. 2 kg

14 euros

## Panier "On est des chefs"

1 kg de pommes de terre,  
500 gr de poireaux,  
500 gr de betteraves,  
200 gr d'oignons,  
1 botte de côtes de bette  
700gr céleri rave  
700gr de courgettes (verte, jaune ou ronde de Nice)  
300gr de fenouil  
1 kg de pommes,  
un Butternut d'env. 2 kg  
un potimarron d'env. 1 Kg

23 euros

Les paniers seront confectionnés par des parents d'élèves et la distribution se fera sur le parking de l'École la Source à la Chapelle-Achard  
Vendredi 19 octobre de 16 h30 à 19 h

Ne pas jeter sur la voie publique

Bon de commande à remettre **avant le vendredi 12 octobre 2018** dans la boîte aux lettres de l'École La Source, 5 rue du Chanoine Ferré à La Chapelle-Achard.

NOM : ..... Prénom : .....

Téléphone : .....

Panier	Montant du panier	Nombre de panier	Total
"Apprenti cuisinier"	14 euros	.....	.....
"On est des chefs !"	23 euros	.....	.....
Total			.....

Toute commande doit être accompagnée du règlement, par chèque bancaire ou en espèces, à l'ordre de L'OGEC la Fraternelle