



Banque Alimentaire
du Bas-Rhin

PÂTES



Les féculents

À chaque repas !



**LÉGUMES
SECS**

**POMMES
DE TERRE**



RIZ



PAIN



CÉRÉALES



Pâte (classique, au blé complet, crozet, spätzle, nouille chinoise,...), riz (complet, Basmati, à la créole, risotto,...), pomme de terre (rösti, frite, vapeur, rissolée, au four, patate douce), boulgour, quinoa, polenta, topinambour, blé, pilpil de blé, flageolet, lentille, pois chiche, pois cassé, semoule, maïs, petit pois, fève, haricot rouge, haricot blanc, pain de mie, pâte à tarte, biscotte, etc.