

Menu

Lundi 12 janvier 2015

-  Friand
-  Sauté de porc
-  Trio de légumes
-  Fromage coupe
-  Fruit bio

Mardi 13 janvier 2015

-  Salade choux blanc/lardons
-  Salade céleri/oeuf
-  Boeuf bourguignon
-  Pâtes
-  Yaourt fruit mixé
-  Biscuit sec bio

Jeudi 15 janvier 2015

-   Taboulé
-   Salade de blé/thon
-  Cuisse de poulet
-  Pommes de terres bio rissolées
-  Fromage coupe
-  Fruit

Vendredi 16 janvier 2015

-  Betteraves rouges bio
-  crues/maquereaux
-  Salade carottes Bio/sardine
-  Poisson sauce
-  Riz
-  Fromage blanc
-   Chaussons aux pommes

Le Principal,

E. THIRIONET

La Gestionnaire,

H. FRANCOIS

Les repères de consommation et leur code couleur :

Fruits et légumes	Fruits et légumes	Pains, céréales,	Lait et produits	Viandes, poissons,	Matières grasses	Produits sucrés
-------------------	-------------------	------------------	------------------	--------------------	------------------	-----------------

crus	cuits	féculents	laitiers	oeufs		
------	-------	-----------	----------	-------	--	--

Pour aller plus loin : www.mangerbouger.fr