

# Menu

Lundi 6 octobre 2014

-   Tarte au fromage
-  Porc au curry
-  Poêlée de légumes
-  Fromage coupe
-  Fruit BIO

Mardi 7 octobre 2014

-   Carottes râpées BIO/oeuf
-   Betteraves rouges BIO/oeuf
-  Boeuf bourguignon
-  Pâtes
-  Yaourt nature
-  Gauffre chantilly

Jeudi 9 octobre 2014

-   Salade de blé/thon
-   Salade de maïs/thon
-   Sauté de dinde
-  Gratin de courgette BIO/frais
-  Fromage
-  Fruit

Vendredi 10 octobre 2014

-   Salade d'endive BIO/noix
-   Salade mixte BIO/noix
-  Blanquette colin
-  Riz
-  Fromagecoupe
-  Boule de berlin

Le Principal,

La Gestionnaire,

E. THIRIONET

H. FRANCOIS

Les repères de consommation et leur code couleur :

Fruits et légumes crus	Fruits et légumes cuits	Pains, céréales, féculents	Lait et produits laitiers	Viandes, poissons, oeufs	Matières grasses	Produits sucrés
------------------------	-------------------------	----------------------------	---------------------------	--------------------------	------------------	-----------------

Pour aller plus loin : [www.mangerbouger.fr](http://www.mangerbouger.fr)