

## Menus de la semaine du 5 au 9 décembre 2016

Semaine 3 du plan alimentaire

<b>LUNDI 5 DECEMBRE</b>  <b>Carottes râpées / Céleri</b>  <b>Potatoes burger</b> <b>Brocolis</b>  <b>Portion de fromage</b>  <b>Mousse au chocolat ou citron</b>	<b>MARDI 6 DECEMBRE</b>  <b>Jambon / terrine de campagne</b>  <b>Paupiette de veau</b> <b>Purée</b>  <b>Fromage blanc au coulis</b>  <b>Fruits de saison</b>
---	---

<b>JEUDI 8 DECEMBRE</b>  <b>Pizza</b>  <b>Sauté de poulet</b> <b>Petits pois</b>  <b>Fromage à la coupe</b>  <b>Framboises au sucre</b>	<b>VENDREDI 9 DECEMBRE</b>  <b>Crème de courge</b>  <b>Tartiflette</b>  <b>Portion de fromage</b>  <b>Fruits de saison</b> <b>Biscuits</b>
--	---

Le principal,

La gestionnaire,

L'infirmière,

S. PINI

M. BEAUPAIN

N. VONIEZ

Les repères de consommation et leur code couleur :

Groupes d'aliments :	<b>Fruits et légumes crus</b>	<b>Fruits et légumes cuits, cuidités</b>	<b>Pain, céréales, féculents</b>	<b>Lait et produits laitiers</b>	<b>Viande, poisson, œuf</b>
Avec teneur en :	<b>Matières grasses *</b>		<b>Sucres *</b>		

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

\* A consommer avec modération

Sous réserve de modification