

Menus de la semaine du 12 au 16 septembre 2016

Semaine 2 du plan alimentaire

LUNDI 12 SEPTEMBRE Tomates / maïs Emincé de dinde Frites Fromage à la coupe Poire au chocolat	MARDI 13 SEPTEMBRE Salade de lentilles Rôti de porc Haricots verts Portion de fromage Barre glacée
JEUDI 15 SEPTEMBRE Tarte au fromage Bœuf bourguignon Carottes rondelles Petits filous Fruits de saison	VENDREDI 16 SEPTEMBRE Salade de concombres Filet de poisson meunière Blé Fromage à la coupe Compote de fruits / biscuits

Le principal,

S. PINI

La gestionnaire,

M. BEAUPAIN

L'infirmière,

N. VONIEZ

Les repères de consommation et leur code couleur :

Groupes
d'aliments :

Fruits et légumes crus	Fruits et légumes cuits, cuidités	Pain, céréales, féculents	Lait et produits laitiers	Viande, poisson, œuf
-----------------------------------	--	--------------------------------------	--------------------------------------	---------------------------------

Avec teneur en :

Matières grasses *

Sucres *

Pour aller plus loin : www.mangerbouger.fr

* A consommer avec modération

Sous réserve de modification