

Menus de la semaine du 16 au 20 mai 2016

Semaine 5 du plan alimentaire

LUNDI 16 MAI FÉRIÉ	MARDI 17 MAI Tomates / oeufs durs Lamelles de kebab Frites Cancoillotte Salade d'agrumes (orange/pamplemousse)
JEUDI 19 MAI Coleslaw * * salade de chou cru râpé Grignotte de poulet Galettes de légumes Fromage à la coupe Rocher à la noix de coco ou tarte au chocolat	VENDREDI 20 MAI Melon / pastèque Marmite du pêcheur Riz pilaf Yaourt à boire Fruits de saison

Le principal,

La gestionnaire,

L'infirmière,

S. PINI

M. BEAUPAIN

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