

Menus de la semaine du 20 au 24 mars 2017

Semaine 4 du plan alimentaire

Mise à jour du 17 mars 2017

<p>LUNDI 20 MARS</p> <p>Endives aux noix / Comté</p> <p>Filet de poulet Poêlée de légumes</p> <p>Portion de fromage</p> <p>Salade de fruits</p>	<p>MARDI 21 MARS</p> <p>Salade de lentilles</p> <p>Nuggets de volaille Gratin de courgettes</p> <p>Yaourt</p> <p>Fruits de saison</p>
<p>JEUDI 23 MARS</p> <p>Pizza Bolognaise</p> <p>Filet de poisson Pommes de terre vapeur</p> <p>Fromage à la coupe</p> <p>Liégeois</p>	<p>VENDREDI 24 MARS</p> <p>Chou rouge / chou blanc</p> <p>Jambon braisé Pâtes</p> <p>Portion de fromage</p> <p>Iles flottantes</p>

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