

COLLEGE LES VILLANELLES - ROUGEMONT

Menus de la semaine du 20 au 24 mars 2017

Semaine 4 du plan alimentaire

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

Le principal,

La gestionnaire,

L'infirmière,

S. PINI

M. BEUPAIN

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