

Menus de la semaine du 21 au 25 mars 2016

Semaine 4 du plan alimentaire

LUNDI 21 MARS Salade de mâche et tomate vinaigrette Cuisse de poulet Pommes de terre vapeur Portion de fromage Poire au chocolat	MARDI 22 MARS Carottes râpées / céleri Saucisse de Montbéliard Lentilles Fromage à la coupe Iles flottantes
JEUDI 24 MARS Salade de betterave et cœur d'artichaut Pavé de saumon Julienne de légumes Portion de fromage Nids de Pâques	 VENDREDI 25 MARS Salade de blé au thon Pané Vache qui rit Carottes persillées Fromage blanc 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