

Menus de la semaine du 21 au 25 novembre 2016

Semaine 1 du plan alimentaire

LUNDI 21 NOVEMBRE Rosette / rillettes Pavé de saumon Roestis de légumes Portion de fromage Crumble	MARDI 22 NOVEMBRE Coleslaw * salade de chou cru râpé Cordon bleu Pâtes Fromage à la coupe Fruits de saison
JEUDI 24 NOVEMBRE Salade de pommes de terre aux harengs Cuisse de pintade Chou frisé Portion de fromage Tartelettes	VENDREDI 25 NOVEMBRE Salade d'endives au Comté Gratin dauphinois Saucisse de Montbéliard Petits Suisses 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