

Menus de la semaine du 23 au 27 mai 2016

Semaine 1 du plan alimentaire

LUNDI 23 MAI Salade de cervelas / Aspic Brochette de poisson Gnocchis / pâtes Portion de fromage Maronsui's (mousse aux marrons) ou Liégeois	MARDI 24 MAI Carottes râpées / céleri Donuts de poulet au fromage Ratatouille Fromage à la coupe Fruits de saison
JEUDI 26 MAI Filet de maquereau / sardines Saucisse de volaille / merguez Trio de choux Portion de fromage Paris-Brest	VENDREDI 27 MAI Tomate vinaigrette / œufs durs Spaghettis à la bolognaise Yaourt Fraises

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