Menus de la semaine du 26 au 30 septembre 2016

Semaine 4 du plan alimentaire

LUNDI 26 SEPTEMBRE Salade verte Filet de poulet Pommes de terre vapeur Fromage à la coupe Fruits au sirop	MARDI 27 SEPTEMBRE MENU BIO Entrée féculent Porc Ratatouille Fromage blanc Fruits de saison
JEUDI 29 SEPTEMBRE Pizza Filet de poisson frais Chou fleurs / brocolis Portion de fromage Framboises au sucre	VENDREDI 30 SEPTEMBRE Radis / beurre ou pamplemousse Cordon bleu Pâtes Fromage à la coupe Glace

Le principal,

S. PINI

La gestionnaire,

M. BEAUPAIN

L'infirmière,

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