

Menus de la semaine du 30 janvier au 3 février 2017

Semaine 4 du plan alimentaire

<p>LUNDI 30 JANVIER</p> <p>Chou blanc / chou rouge</p> <p>Sauté de dinde Purée</p> <p>Fromage à la coupe</p> <p>Fruits au sirop</p>	<p>MARDI 31 JANVIER</p> <p>Salade de blé au thon</p> <p>Nuggets Galettes brocolis carottes</p> <p>Yaourt à boire</p> <p>Fruits de saison</p>
<p>JEUDI 2 FEVRIER</p> <p>Tartines grillées</p> <p>Filet de poisson Pâtes</p> <p>Portion de fromage</p> <p>Crêpes Nutella / sucre</p>	<p>VENDREDI 3 FEVRIER</p> <p>Scarolle craquante / Mimolette / Tomate</p> <p>Saucisse de Montbéliard Lentilles</p> <p>Fromage à la coupe</p> <p>Coulant chocolat</p>

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