

Menus de la semaine du 30 janvier au 3 février 2017

Semaine 4 du plan alimentaire

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

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