

Menus de la semaine du 7 au 11 décembre 2015

Semaine 3 du plan alimentaire

LUNDI 7 DECEMBRE	MARDI 8 DECEMBRE
Salade de chèvre chaud	Charcuterie
Poisson pané	Blanquette de veau
Gratin de chou-fleur	Purée de pommes de terre
Fromage à la coupe	Yaourt
Ile flottante	Fruits frais (Litchis)

JEUDI 10 DECEMBRE	VENDREDI 11 DECEMBRE
Coleslaw *	Potage de légumes
* salade de chou cru râpé	
Filet de poulet	Gratin de pâtes
Petits pois carottes	
Portion de fromage	Fromage à la coupe
Meringues ou brownies	Fruits frais

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