

COLLEGE LES VILLANELLES - ROUGEMONT

Menus de la semaine du 27 novembre au 1er décembre 2017

Semaine 1 du plan alimentaire

LUNDI 27 NOVEMBRE Galantine / saucisson sec  Pavé de saumon Purée de potiron Portion de fromage Yaourt	MARDI 28 NOVEMBRE  Coleslaw * * salade de chou cru râpé  Nuggets de poulet Pâtes Fromage à la coupe Fruits de saison
JEUDI 30 NOVEMBRE Céréales à l'indienne  Rôti de dinde Epinards à la crème Portion de fromage Donuts au chocolat / beignets abricot	VENDREDI 1er DECEMBRE  Betterave / œufs durs  Spaghettis carbonara Crème aux œufs Fruits de saison

Le principal,

La gestionnaire,

L'infirmière,

S. PINI

M. BEAUPAIN

N. VONIEZ



Produits locaux



Fait maison

Les repères de consommation et leur code couleur :

Groupes
d'aliments :

Fruits et légumes crus	Fruits et légumes cuits, cuidentés	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