

COLLEGE LES VILLANELLES - ROUGEMONT
Menus de la semaine du 19 au 23 mars 2018

Semaine 3 du plan alimentaire

<p align="center">LUNDI 19 MARS</p> <p> Radis / beurre ou pamplemousse</p> <p> Poisson pané sauce tartare Gratin de poireaux </p> <p>Portion de fromage</p> <p>Iles flottantes</p>	<p align="center">MARDI 20 MARS</p> <p align="center">Pâté en croûte / jambon</p> <p> Tomates farcies Coquillettes</p> <p>Fromage à la coupe</p> <p>Fruits de saison</p>
<p> JEUDI 22 MARS</p> <p align="center">Repas canadien</p> <p>Dips de légumes, sauce barbecue</p> <p>Pâté chinois (bœuf hâché, maïs et purée)</p> <p>Fromage blanc au muesli et myrtilles</p> <p>Pancakes au sirop d'érable</p>	<p align="center">VENDREDI 23 MARS</p> <p> Maïs / thon</p> <p> Petits pois Cuisse de poulet</p> <p>Portion de fromage</p> <p>Fruits de saison</p>

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, cuités	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