

**COLLEGE LES VILLANELLES - ROUGEMONT**

**Menus de la semaine du 5 au 9 novembre 2018**

Semaine 3 du plan alimentaire

<p><b>LUNDI 5 NOVEMBRE</b></p> <p><b>Filets de maquereaux / sardines</b></p> <p> <b>Steak haché</b></p> <p><b>Fondants brocolis</b></p> <p><b>Portion de fromage</b></p> <p> <b>Panna cotta coulis de fraises</b></p>	<p><b>MARDI 6 NOVEMBRE</b></p> <p><b>Saucisson à l'ail / jambon</b></p> <p><b>Paupiette de veau</b></p> <p><b>Pâtes</b></p> <p><b>Fromage blanc aux framboises</b></p> <p><b>Fruit de saison</b></p>
<p><b>JEUDI 8 NOVEMBRE</b></p> <p> <b>Potage de légumes</b></p> <p> <b>Saucisse de volaille</b></p> <p><b>Gnocchis</b> </p> <p><b>Fromage à la coupe</b></p> <p><b>Bavarois aux fruits rouges / tarte tropézienne</b></p>	<p><b>VENDREDI 9 NOVEMBRE</b></p> <p> <b>Salade verte / œufs durs</b></p> <p> <b>Choucroute garnie</b></p> <p><b>Portion de fromage</b></p> <p><b>Fruits de saison</b></p>

Le principal,

La gestionnaire,

L'infirmière,

S. PINI

M. BEUPAIN

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, cuidités	Pain, céréales, féculents	Lait et produits laitiers	Viande, poisson, œuf
------------------------	-----------------------------------	---------------------------	---------------------------	----------------------

Avec teneur en :

Matières grasses *	Sucres *
--------------------	----------

Pour aller plus loin : [www.mangerbouger.fr](http://www.mangerbouger.fr)

\* A consommer avec modération

Sous réserve de modification