

COLLEGE LES VILLANELLES - ROUGEMONT

Menus de la semaine du 4 au 8 novembre 2019

Semaine 3 du plan alimentaire

| | |
|---|--|
| <p>LUNDI 4 NOVEMBRE Menu végétarien Crème de courges aux noisettes Emincé végétal au soja Gratin de poireaux / pommes de terre Portion de fromage Crème gourmande / biscuits</p> | <p>MARDI 5 NOVEMBRE Saucisson à l'ail / roulade de jambon pistachée Sauté de veau aux olives Riz Petits suisses Fruit de saison</p> |
| <p>JEUDI 7 NOVEMBRE Salade endives au Comté et aux noix Escalope de dinde Haricots verts / flageolets Fromage à la coupe Tarte ananas/coco Esses (pâte à chou)</p> | <p>VENDREDI 8 NOVEMBRE Salade de concombre maïs Tartiflette Portion de fromage Fruits de saison</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, cuisinés | 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