

COLLEGE LES VILLANELLES - ROUGEMONT

Menus de la semaine du 25 au 29 novembre 2019

Semaine 1 du plan alimentaire

LUNDI 25 NOVEMBRE Rosette / rillettes Aiguillette de colin Roëstis de légumes Portion de fromage Mousse au chocolat	MARDI 26 NOVEMBRE  Coleslaw * * salade de chou cru râpé  Hachis parementier de canard Yaourt à boire Fruits de saison
JEUDI 28 NOVEMBRE  Menu végétarien Taboulé Omelette au fromage Epinards hachés à la crème Portion de fromage Muffin / Millefeuille	 VENDREDI 29 NOVEMBRE Radis / beurre ou pamplemousse  Pané de poulet à la Vache qui rit Boulghour  Fromage à la coupe 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, 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

COLLEGE LES VILLANELLES - ROUGEMONT
Menus de la semaine du 2 au 6 décembre 2019

Semaine 2 du plan alimentaire

LUNDI 2 DECEMBRE  Salade composée Cuisse de poulet à la mexicaine Frites allumettes Fromage à la coupe Glace	MARDI 3 DECEMBRE Menu végétarien Pizza trois fromages Escalope végétale Duo de carottes Portion de fromage Flan bio (vanille/noisette/caramel)
JEUDI 5 DECEMBRE  Salade de pâtes au surimi Bœuf braisé Poêlée de légumes  Fromage blanc aux framboises Fruits de saison	 VENDREDI 6 DECEMBRE  Salade de concombre Filet de poisson meunière / sauce béarnaise Riz  Fromage à la coupe Compote de fruits / biscuits

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, 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

COLLEGE LES VILLANELLES - ROUGEMONT
Menus de la semaine du 9 au 13 décembre 2019

Semaine 3 du plan alimentaire

LUNDI 9 DECEMBRE  Carottes râpées / céleri  Steak haché Gratin de courgettes Portion de fromage Crème gourmande	MARDI 10 DECEMBRE Terrine de campagne / mousse de canard   Blanquette de veau Purée de pommes de terre Fromage divers Fruit de saison
JEUDI 12 DECEMBRE  Menu végétarien Salade de concombre / maïs  Gratin de tortellinis (épinard / ricotta) Fromage à la coupe Tarte grillée aux pommes	 VENDREDI 13 DECEMBRE  Potage Dubarry * * crème de chou-fleur  Spaghettis à la bolognaise Petits suisses Fruits de saison

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

COLLEGE LES VILLANELLES - ROUGEMONT
Menus de la semaine du 16 au 20 décembre 2019

Semaine 4 du plan alimentaire

LUNDI 16 DECEMBRE Menu végétarien  Salade verte œufs durs  Gratin de patates douces nature ou aux châtaignes Fromage à la coupe Salade de fruits exotiques	MARDI 17 DECEMBRE  Salade de pommes de terre aux harengs Nuggets de poulet Petits pois carottes  Yaourt Fruits de saison
JEUDI 19 DECEMBRE  REPAS DE NOEL	VENDREDI 20 DECEMBRE  Tartines grillées  Filet de poisson Carottes /pommes de terre Portion de fromage Liégeois aux fruits

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, 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

COLLEGE LES VILLANELLES - ROUGEMONT
Menus de la semaine du 6 au 10 janvier 2020
 Semaine 5 du plan alimentaire

LUNDI 6 JANVIER  Salade de riz au thon  Bœuf Stroganoff Jardinière de légumes Flan Biscuits	MARDI 7 JANVIER  Salade composée   Rôti de veau Pommes sautées Portion de fromage Fruits de saison
JEUDI 9 JANVIER Menu Sud-Ouest  Salade landaise aux gésiers  Cassoulet (saucisse de Toulouse et canard confit) Ossau Iraty / Roquefort Gâteau basque / minis cannelés de Bordeaux (Périscolaire : galettes des rois)	VENDREDI 10 JANVIER Menu végétarien  Salade de lentilles à la feta  Quenelles nature Semoule Fromage blanc au coulis Fruits de saison / biscuits

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, 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