

COLLEGE LES VILLANELLES - ROUGEMONT

Menus de la semaine du 27 au 31 janvier 2020

Semaine 3 du plan alimentaire

<p>LUNDI 27 JANVIER</p> <p> Concombre bulgare</p> <p> Steak haché, sauce poivre vert Flageolets</p> <p>Fromage à la coupe</p> <p> Coulant chocolat</p>	<p>MARDI 28 JANVIER</p> <p>Jambon / terrine de campagne</p> <p> Sauté de veau au curry Pommes de terre / choux romasco</p> <p>Portion de fromage</p> <p>Fruits de saison</p>
<p>JEUDI 30 JANVIER</p> <p>Menu végétarien</p> <p>Poireau vinaigrette / pamplemousse</p> <p>Sorrisi * ricotta épinards * sorte de raviolis</p> <p>Portion de fromage</p> <p>Amandine aux poires / religieuses chocolat</p>	<p>VENDREDI 31 JANVIER</p> <p>Chandeleur</p> <p>Salade verte aux croûtons</p> <p> Morbiflette</p> <p> Yaourt</p> <p>Fruits de saison Crêpe au Nutella</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, 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