




COLLEGE LES VILLANELLES - ROUGEMONT

Menus de la semaine du 3 au 7 septembre 2018

Semaine 1 du plan alimentaire

<p>LUNDI 3 SEPTEMBRE</p> <p> Tomates / carottes râpées</p> <p>Escalope de dinde à la crème</p> <p> Coquillettes</p> <p>Portion de fromage</p> <p>Flan au caramel</p> <p>ou Fruits de saison</p>	<p>MARDI 4 SEPTEMBRE</p> <p>Melon/Pastèque</p> <p> Rôti de bœuf</p> <p>Flageolets</p> <p>Fromage à la coupe</p> <p>Fruits au sirop</p>
<p>JEUDI 6 SEPTEMBRE</p> <p>Saucisson sec / rillettes</p> <p> Filet de merlu</p> <p>Riz</p> <p>Portion de fromage</p> <p>Fraises au sucre</p>	<p>VENDREDI 7 SEPTEMBRE</p> <p> Salade de pâtes au thon</p> <p>Brochettes porc</p> <p>Poêlée de légumes</p> <p>Yaourt sucré</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, cuidentés	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