








COLLEGE LES VILLANELLES - ROUGEMONT

Menus de la semaine du 5 au 9 novembre 2018

Semaine 3 du plan alimentaire

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