










COLLEGE LES VILLANELLES - ROUGEMONT

Menus de la semaine du 14 au 18 octobre 2019

Semaine 2 du plan alimentaire

<p><b>LUNDI 14 OCTOBRE</b></p> <p> <b>Chou rouge aux lardons</b> <b>Chou blanc aux raisins secs</b></p> <p> <b>Filet de poulet à la crème</b> <b>Pommes sautées</b></p> <p><b>Fromage à la coupe</b></p> <p><b>Glace</b></p>	<p><b>MARDI 15 OCTOBRE</b></p> <p> <b>Salade de blé au surimi</b></p> <p> <b>Sauté de porc</b> <b>Galettes de légumes</b></p> <p><b>Portion de fromage</b></p> <p><b>Iles flottantes</b></p>
<p><b>JEUDI 17 OCTOBRE</b></p> <p><b>Crêpes emmental / Comté</b></p> <p>  <b>Bœuf bourguignon</b>  <b>Carottes</b></p> <p><b>Fromage blanc</b></p> <p><b>Fruits de saison</b></p>	<p><b> VENDREDI 18 OCTOBRE</b></p> <p> <b>Coleslaw</b> * salade de chou cru râpé</p> <p><b>Filet de poisson meunière</b>  <b>Boulghour</b></p> <p><b>Fromage à la coupe</b></p> <p><b>Compote de fruits / biscuit</b></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](http://www.mangerbouger.fr)

\* A consommer avec modération

Sous réserve de modification