








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

Semaine 4 du plan alimentaire

<p align="center">LUNDI 16 DECEMBRE</p> <p align="center">Menu végétarien</p> <p>Salade verte œufs durs</p>  <p>Gratin de patates douces nature ou aux châtaignes</p>  <p>Fromage à la coupe</p> <p>Salade de fruits exotiques</p>	<p align="center">MARDI 17 DECEMBRE</p> <p>Salade de pommes de terre aux harengs</p>  <p>Nuggets de poulet</p> <p>Petits pois carottes</p>  <p>Yaourt</p> <p>Fruits de saison</p>
---	--

<p align="center">JEUDI 19 DECEMBRE</p>  <p align="center" style="color: red; font-size: 2em;">REPAS DE NOEL</p>	<p align="center">VENDREDI 20 DECEMBRE</p>  <p>Tartines grillées</p>  <p>Filet de poisson</p> <p>Carottes /pommes de terre</p> <p>Portion de fromage</p> <p>Liégeois aux fruits</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