

COLLEGE LES VILLANELLES - ROUGEMONT

Menus de la semaine du 13 au 17 janvier 2020

Semaine 1 du plan alimentaire

<p>LUNDI 13 JANVIER</p> <p>Pâté en croûte / jambon cru</p> <p> Filet de colin Riz</p> <p>Portion de fromage</p> <p> Crumble</p>	<p>MARDI 14 JANVIER</p> <p>Menu végétarien Endives œufs durs</p> <p>Galette de quinoa à la provençale Haricots verts</p> <p>Portion de fromage</p> <p>Tarte au citron ou au flan </p>
<p>JEUDI 16 JANVIER</p> <p> Carottes râpées / radis noir</p> <p> Escalope viennoise Gratin courgette/pommes de terre</p> <p> Fromage à la coupe</p> <p>Fruits de saison</p>	<p>VENDREDI 17 JANVIER</p> <p> Salade composée</p> <p> Lasagnes</p> <p>Yaourt à boire</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, 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