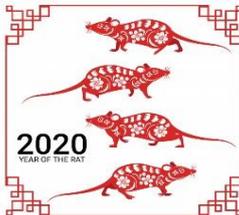


COLLEGE LES VILLANELLES - ROUGEMONT

Menus de la semaine du 20 au 24 janvier 2020

Semaine 2 du plan alimentaire

<p>LUNDI 20 JANVIER</p>  <p>Chou blanc / chou rouge</p>  <p>Rôti de dinde Frites "Crispers"</p> <p>Fromage à la coupe</p> <p>Barre glacée</p>	<p>MARDI 21 JANVIER</p> <p>Menu végétarien</p> <p>Macédoine / œufs durs</p> <p>Croustifromage emmental</p> <p>Poêlée de légumes et quinoa</p> <p>Portion de fromage</p> <p>Crème renversée</p>
<p>JEUDI 23 JANVIER</p> <p>Croissant feuilleté aux champignons / quiche jambon oignons</p>  <p>Filet de poisson meunière</p> <p>Chou fleurs / pommes de terre</p> <p>Fromage blanc aux framboises</p> <p>Fruits de saison</p>	<p>VENDREDI 24 JANVIER</p> <p>Samoussa curry au boeuf / nem au poulet</p>  <p>Emincé de porc épicé au caramel</p>  <p>Poêlée de nouilles chinoises</p> <p>Litchis et ananas au sirop</p> <p>Biscuits chinois "Fortune cookies"</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