

Menus de la semaine du 30 janvier au 03 février 2012

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi		
Entrées au choix	Entrées chaudes	Entrées chaudes	Entrées chaudes	Entrées chaudes			
	Œuf dur mayonnaise	Œuf dur mimosa	Œuf dur	* Œuf dur à la crème			
	* Carottes râpées au Citron Betteraves au Thon Salade de Pâtes aux Poivrons	Taboulé Concombres à la crème * Endives aux dés de Chèvre	* Crudités	½ Avocat Mayonnaise Tomate Mimosa Salade Niçoise			
Plat principal	* Steak Haché sauce échalotes	* Rôti de Dinde	* Palette de Porc à la Diable	* Galette jambon fromage	Journée		
	Garniture	* Pommes Rissolées	* Salade verte	* Maugettes de Vendée	Brunoise de Légumes	* Haricots verts	Salade verte aux dés de Chèvre
Produit laitier	* Fromage ou yaourts	* Fromage ou Yaourt	* Fromage ou Yaourt	* Fromage ou Yaourt	Pédagogique		
Desserts au choix	Fruits Frais	* Fruits Frais	Fruits Frais	Fruits Frais			
	Compote de Poire	Poire au Chocolat	Compote de Pomme	Ananas au sirop			
		Fromage blanc	* Flamby	Crème Vanille			
	* Tarte aux pommes	Mille - feuille vanille	Pâtisserie	* crêpe chocolat			

Ephéméride

Marine

Marcelle

Ella

chandeleur






Blaise

Pour bien manger, être en forme, chaque couleur doit être présente au moins une fois sur votre plateau !

* exemple de menu équilibré

* vbf viande de bœuf française

* **denrée(s) bio (agriculture biologique)**

5 familles d'aliments, 5 couleurs	
Viande, poisson, oëuf	
Produits laitiers	
Féculents	
Fruits et légumes crus	
Fruits et légumes cuits	
Matières grasses *	