

Menu de la semaine



Collège « Dominique Savio » Lambersart

Le code de couleur est utilisé pour un équilibre alimentaire des repas :
 ● + ● + ● + ● et limiter les graisses ● et les sucres ●

Bleu : Produits laitiers pour le calcium

Rouge : La viande, le poisson, œufs pour les protéines

Marron : Féculents pour les sucres lents et l'apport en énergie

Vert : Légumes et fruits pour les vitamines et les fibres

Menus du 10 au 14 Juin 2013

Lundi

Œuf mayonnaise
 Carbonade flamande
 Coquillettes
 Duo de carottes et navets*
 Fruits de saison*

Mardi

Tomate mozzarella
 Filet de hoki meunière sauce citron
 Pdt au curry
 Haricots verts*
 Chausson aux pommes

Jeudi

Concombres*
 Escalope de porc sauce charcutière
 Purée
 Brunoise de légumes
 Flan nappé - Crème dessert

Vendredi

Betteraves - poireaux* vinaigrette
 Tajine d'agneau
 Semoule
 Légumes de couscous
 Fruits de saison*

