

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 14 au 18 janvier 2013

Lundi

Haricots blancs vinaigrette

Sauté de porc au curry

Ebly

Chou-fleur

Velouté fruit*

Mardi

Poireaux vinaigrette

Estouffade de bœuf aux carottes

Purée

Carottes vichy

Fruit de saison*

Jeudi

Pizza fromage

Filet de lieu sauce ciboulette

Riz pilaf

Brunoise de légumes

Crème dessert

Vendredi

Tomates mozzarella

Coquillettes bolognaise

Salade

Fruit de saison

