

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 17 au 21 juin 2013

Lundi

Salade d'endive

Cuisse de poulet basquaise

Farfales

Ratatouille

Flan chocolat - crème dessert vanille - ile flottante

Mardi

Pizza

Etouffade de bœuf au paprika

Purée

Jeunes carottes*

Fruits de saison*

Jeudi

BARBECUE

Saucisses - merguez

Baguette

Chips

Fruits de saison*



Vendredi

Salade fromagère

Filet de colin sauce cocktail

Riz

Brunoise de légumes

Yaourt nature - Yaourt aux fruits

