

# 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 04 au 08 mars 2013

Lundi

friand fromage  
omelette basquaise  
coquillettes  
ratatouille  
Riz au lait

Mardi

chou fleur\* vinaigrette  
escalope de volaille sauce poivre  
frites  
salade  
fruit de saison\*

Jeudi

concombre au fromage blanc  
carbonnade flamande  
purée  
j. carottes\*  
yaourt aromatisé

Vendredi

tomate mozzarella  
filet de merlu sauce dieppoise  
brunoise de légumes  
riz  
compote de fruits

