

# 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 février 2013

Lundi

Salade de tomates  
filet de colin aux agrumes  
p. de terre  
fondue de poireaux  
yaourt aromatisé

Mardi

Salade de pâtes  
sauté de veau à l'ananas et soja  
riz cantonnais  
fruit de saison

Jeudi

salade verte mimosa  
boules de bœuf sauce tomate  
semoule  
légumes couscous  
crème dessert chocolat

Vendredi

carottes râpées  
cassoulet  
p. de terre  
fruit de saison\*

