

# 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 07 au 11 janvier 2013

Lundi

Concombre vinaigrette  
 Cordon bleu sauce tomate  
 Macaronis  
 J. Carottes\*  
 Compote de fruits

Mardi

Betteraves  
 Boules de bœuf à la catalane  
 Semoule  
 Ratatouille  
 Yaourt fruits

Jeudi

Potage dubarry\*  
 Jambon grillé  
 Purée au lait  
 Courgettes provençales  
 Galette des rois\*

Vendredi

Tomate vinaigrette  
 Dos de colin sauce citron  
 Riz aux petits légumes  
 Fromage blanc

