

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 10 au 14 décembre 2012

Lundi

Betteraves* mimosa
 Jambon blanc
 Purée
 Haricots verts
 Fruits de saison*

Mardi

Concombres vinaigrette
 Boule de bœuf
 Riz
 Brunoise de légumes
 Velouté fruit

Jeudi

Saucisson mortadelle
 Dos de colin sauce cocktail
 Pdt
 Brocolis*
 Fruit de saison*

Vendredi

Salade de tomate
 Cordon bleu
 Semoule
 Ratatouille
 Mousse chocolat

