

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 Décembre 2012

Lundi

Œuf mayonnaise
 Carbonnade flamande
 Pâtes
 Carottes vichy
 Fruit de saisons*

Mardi

Tomate à la fête
 Filet de merlu sauce dieppoise
 Ebly
 Epinards*
 Eclair chocolat café

Jeudi



REPAS
 De
 NOEL



Vendredi

Céleri
 Pesca pané sauce cocktail
 Riz
 Épinards à la crème
 Yaourt aux fruits

