

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 19 au 23 Novembre 2012

Lundi

Concombres bulgare
 Filet de lieu sauce hollandaise
 Riz
 Méli-mélo de légumes
 Yaourt aux fruits

Mardi

Sardine au citron
 Blanquette de veau à l'ancienne
 Purée
 Carottes* vichy
 Flan caramel

Jeudi

Œuf mayonnaise
 Sauté de bœuf au paprika
 Pâtes
 Haricots verts
 Fruit de saison*

Vendredi

Salade
 Nuggets de volaille
 Semoule
 Légumes* de couscous
 Tiramisus chocolat



ur toutes questions, contacter notre service consommateur sur notre site : www.api-restauration.com