

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 3 au 7 décembre 2012

Lundi

Pizza
 Omelette fromage
 Eibly
 Poêlée de légumes*
 Flan chocolat

Mardi

Macédoine de légumes
 Escalope de poulet sauce poivre
 Frites
 Salade
 Fruit de saison*

Jeudi

Céleri* rémoulade
 Bœuf bourguignon
 Pâtes
 Courgettes
 Petit suisse

Vendredi

Endives* au gouda
 Filet de lieu sauce ciboulette
 Riz
 Méli-mélo de légumes
 Compote de fruits

