

# 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

LA CAROTTE



Les fruits et légumes  
sont à choisir  
TOUS LES JOURS !

### Menus du 09 au 13 mars 2015

Lundi

Pizza fromage  
Omelette Basquaise  
Semoule - piperade  
Crème dessert au chocolat - gélatine vanille nappé caramel -  
île flottante

Mardi

Betteraves rouges vinaigrette  
Rôti de dinde sauce poivre  
Frites - salade  
Fruits de saison

Jeudi

Carottes râpées  
Sauté de bœuf aux olives  
Purée - haricots verts  
Yaourt nature sucré - petits suisses fruités - velouté fruits

Vendredi

Tomates à l'emmental  
Dos de colin sauce hollandaise  
Riz - carottes vichy  
Compote de fruits



ur toutes questions, contacter notre service consommateur sur notre site : [www.api-restauration.com](http://www.api-restauration.com)

# 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

LA BANANE



Les fruits et légumes,  
on en a besoin  
Tous les Jours !

### Menus du 16 au 20 mars 2015

Lundi

$\frac{1}{2}$  pamplemousse  
Raviolis de volaille  
Salade  
Fruits de saison

Mardi

Chou-fleur mimolette  
Fricassée de porc aux pruneaux  
Riz - petits pois  
Fromage blanc - yaourt aux fruits - yaourt aromatisé

Jeudi

Concombres à la bulgare  
Cordon bleu de volaille  
Semoule - ratatouille  
Fruits de saison dont banane

Vendredi

Saucisson sec, salami, roulade  
Filet de merlu sauce normande  
Ebly - poêlée de légumes  
Mousse chocolat - crème dessert vanille -  
Gélifié chocolat



ur toutes questions, contacter notre service consommateur sur notre site : [www.api-restauration.com](http://www.api-restauration.com)

# 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

LA SALADE



Les fruits et légumes,  
on en a besoin  
TOUS LES JOURS !

### Menus du 23 au 27 mars 2015

Lundi

Œuf dur à la russe  
Bœuf en daube  
Purée - courgettes à la tomate  
Fruits de saison

Mardi

Salade mixte au gouda  
Rôti de porc sauce moutarde  
Tortis - carottes aux oignons  
Eclairs parfum chocolat ou café

Jeudi

Céleri râpé vinaigrette  
Navarin d'agneau au curry  
Semoule - légumes de couscous  
Chocolat liégeois - crème dessert caramel -  
Gélifié vanille

Vendredi

Haricots verts vinaigrette  
Filet de lieu sauce bonne femme  
Riz - fondue de poireaux  
Fruits de saison



ur toutes questions, contacter notre service consommateur sur notre site : [www.api-restauration.com](http://www.api-restauration.com)



# 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

LE CHOU-FLEUR



Les fruits et légumes,  
on en a besoin  
TOUS LES JOURS !

### Menus du 30 mars au 03 avril 2015

Lundi

Salade **coleslaw**

Pâtes **bolognaise**

Salade

**Ile flottante** - **mousse au chocolat** -

**Gélifié caramel**

Mardi

Friand au fromage

**Sauté de bœuf aux poivrons**

Ebly - **chou-fleur** sauce **béchamel**

Fruits de saison

Jeudi

**Macédoine de légumes** **vinaigrette**

**Boulettes de bœuf à la provençale**

**Semoule** - **ratatouille**

Fruits de saison

Vendredi

Salade **fromagère**

**Nuggets de poisson**

Riz - **épinards**

**Yaourt nature sucré** - **yaourt aromatisé** -

**Velouté fruits**



# 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

LE RADIS



Les fruits et légumes,  
on en a besoin  
TOUS LES JOURS !

### Menus du 06 au 10 avril 2015

Lundi

FERIE

Mardi

Salade de radis vinaigrette

Pâtes carbonara

Petits suisses natures sucrés -

Yaourt aromatisé - fromage blanc

Jeudi

Potage aux légumes verts

Omelette sauce poivre

Pommes de terre aux herbes - salade

Fruits de saison

Vendredi

**ANIMATION U.S.A**



Salade verte au maïs

Cheese burger

Frites

Crème dessert au chocolat -

gélifié vanille ou chocolat





# 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

LE HARICOT VERT



Les fruits et légumes,  
on en a besoin  
Tous les jours !

### Menus du 13 au 17 avril 2015

Lundi

Salade de pommes de terre au thon  
 Sauté de porc marengo  
 Semoule - piperade  
 Fruits de saison

Mardi

Tomates à la féta  
 Noisette de bœuf sauce catalane  
 Pâtes - brocolis au gratin  
 Mousse au chocolat - liégeois chocolat -  
 crème dessert caramel

Jeudi

Poireaux vinaigrette  
 Sauté de bœuf stroganoff  
 Purée - salade  
 Fruits de saison

Vendredi

Pizza au fromage  
 Dos de lieu sauce Dieppoise  
 Riz pilaf - haricots verts  
 Yaourt nature sucré - petits suisses aux fruits  
 Yaourt aromatisé



# 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

LES PETITS POIS



### Menus du 20 au 24 avril 2015



Lundi

Saucisson sec, mousse de foie, mortadelle  
Sauté de poulet sauce champignons  
Tortis - poêlée de légumes  
Velouté fruit - yaourt nature sucré -  
yaourt aromatisé

Mardi

Chou-fleur vinaigrette  
Rôti de bœuf sauce poivre  
Frites - haricots beurre  
Fruits de saison

Jeudi

Concombres vinaigrette  
Hachis parmentier  
Salade  
Beignet chocolat ou pommes

Vendredi

½ pamplemousse  
Paëlla au poisson  
Petits pois à la française  
Fruits



# 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

