

Menu de la semaine



Collège « Dominique Savio »

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 mars 2014



Lundi	Carottes râpées Steak haché sauce champignons Purée Haricots verts Crème dessert chocolat / Ile flottante
Mardi	Pizza fromage Estouffade de bœuf Pommes de terre aux oignons Carottes vichy Banane
Jeudi	Betteraves à la vinaigrette Pâtes à la bolognaise Salade Fruit de saison*
Vendredi	Tomate à la feta Filet de colin pané sauce cocktail Riz Brunoise de légumes Petit suisse nature sucré / Velouté fruit

api



Les aliments signalés par « * »
sont des produits de saison

Menu de la semaine



Collège « Dominique Savio »

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 mars 2014



Lundi

Journée pédagogique

Mardi

Macédoine vinaigrette
Steak haché
Coquillettes sauce tomate
Yaourt nature sucré / Petit suisse aux fruits

Jeudi



Vendredi

Concombre à la bulgare
Escalope de dinde sauce moutarde
Pommes de terre
Petits pois carotte
Fruit de saison*

api



Les aliments signalés par « * »
sont des produits de saison

Menu de la semaine



Collège « Dominique Savio »

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 24 au 28 mars 2014



Lundi

Tomate au gouda
Boule de bœuf à la catalane
Semoule
Légumes couscous
Fruit de saison*

Mardi

Salade piémontaise
Fricassé de porc aux pruneaux
Purée
Salade
Velouté fruit / Petit suisse nature sucré / Yaourt nature sucré

Jeudi

Haricots verts vinaigrette
Bœuf mode carotte
Tortis
Fruits de saison*

Vendredi

Friand au fromage
Filet de colin sauce cocktail
Riz pilaf
Piperade
Chocolat liégeois / Crème dessert

api



Les aliments signalés par « * »
sont des produits de saison

Menu de la semaine



Collège « Dominique Savio »

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 31 mars au 4 avril 2014

Lundi

Saucisson sec / roulade / mousse de foie
Sauté de dinde oriental
Semoule
Ratatouille
Fruits de saison*

Mardi

Concombre vinaigrette / radis
Tomate farcie
Tortis
Beignet chocolat / pomme / framboise

Jeudi

Chou-fleur vinaigrette
Rôti de bœuf sauce poivre
Pommes de terre à l'ail
Haricots verts
Fruits de saison*

Vendredi

Carottes râpées
Paëlla poisson
Yaourt aux fruits / Fromage blanc / Yaourt nature sucré



api



Les aliments signalés par « * »
sont des produits de saison

Menu de la Semaine

Collège « Dominique Savio »

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 7 au 11 avril 2014

Lundi	Salade de tomate à l'emmental Carbonade de bœuf Pommes de terre vapeur Haricots verts Fruits de saison*
Mardi	½ pamplemousse / radis Rôti de porc à la dijonnaise Purée Salade Compote de fruits
Jeudi	Betteraves mimosa Haut de cuisse de poulet basquaise Semoule Piperade Flan nappé / Crème dessert chocolat / caramel / vanille
Vendredi	Pizza fromage Filet de lieu sauce beurre blanc Riz aux légumes Fruits de saison*



Les aliments signalés par « * »
sont des produits de saison

Menu de la Semaine

Collège « Dominique Savio »

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 14 au 18 avril 2014

Lundi	Carottes râpée aux raisins Cassoulet (saucisse de Strasbourg / saucisse à l'ail) Haricots blanc à la tomate Pommes de terre vapeur Petit suisse nature sucré / Velouté fruit / Yaourt nature sucré
Mardi	Sardine au citron / Tomate au thon Blanquette de veau à l'ancienne Riz Carottes vichy Fruits de saison*
Jendredi	Œuf dur mayonnaise Cheese burger Frites Salade Mousse au chocolat / Flan à la vanille / caramel
Vendredi	½ pamplemousse / Concombre à l'estragon Dos de colin sauce cocktail Eblly Haricots verts Eclair au chocolat / café



Les aliments signalés par « * »
sont des produits de saison

Menu de la Semaine

Collège « Dominique Savio »

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 5 au 9 mai 2014

Lundi	<p>Concombre à la vinaigrette Boule de bœuf à la tomate Semoule Légumes couscous Fruits de saison*</p>
Mardi	<p>Salade de tomate Suprême de poulet sauce crème Pommes de terre Petits pois, carotte Yaourt aux fruits / Yaourt nature sucré / Petit suisse nature sucré</p>
Jendredi	Férié
Vendredi	Pas cours



Les aliments signalés par « * »
sont des produits de saison