

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 novembre 2014

Lundi

Saucisson sec ou salami ou mousse de foie
 Tajine de poulet
 Semoule, légumes à couscous
 Yaourt nature sucré ou velouté fruité ou
 petit suisse nature sucré

Mardi

Salade de tomates ou carottes râpées
 Rôti de bœuf sauce poivre
 Frites
 Fruits de saison

Jeudi

Potage potiron ou betteraves vinaigrette
 Pâtes bolognaise
 Salade
 Beignet chocolat ou pomme

Vendredi

Concombres bulgare
 Paëlla au poisson
 Haricots verts
 Fruits de saison



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 10 au 14 novembre 2014

Lundi

Journée pédagogique

Mardi

FERIE

Jeudi

Salade de haricots verts

Cuisse de poulet rôti sauce poivre

Frites, salade

Crème dessert chocolat vanille ou flan nappé

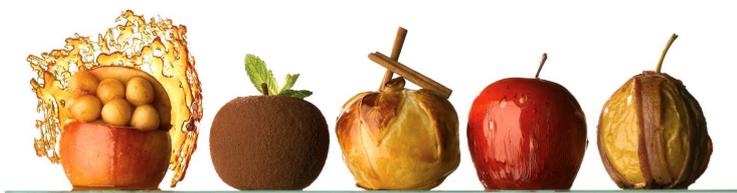
Vendredi

Pizza fromage

Dos de lieu sauce cocktail

Riz, brunoise de légumes

Fruits de saison



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 novembre 2014

Lundi

Carottes râpées
 Saucisse chipolatas
 Purée, compote de pomme
 Yaourt nature sucré ou velouté fruité ou
 petit suisse nature sucré

Mardi

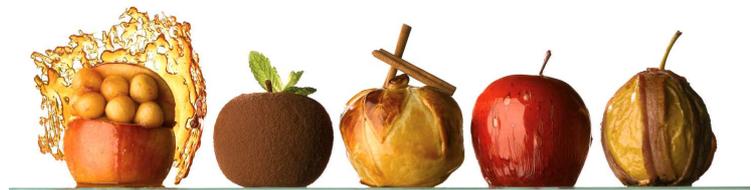
Salade de pâtes au thon
 Sauté de veau provençale
 Semoule, piperade
 Fruits de saison ou ananas

Jeudi

Œuf dur mayonnaise
 Steak haché sauce tomate
 Haricot beurre, tortis
 Flan chocolat ou crème dessert vanille
 caramel

Vendredi

Salade fromagère
 Filet de colin sauce hollandaise
 Riz pilaf, julienne de légumes
 Brownies 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

Menus du 24 au 28 novembre 2014

Lundi

Salade niçoise
 Rôti de porc sauce moutarde
 Tortis, carottes aux oignons
 Fruits de saison

Mardi

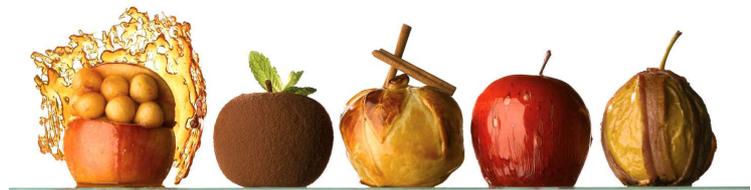
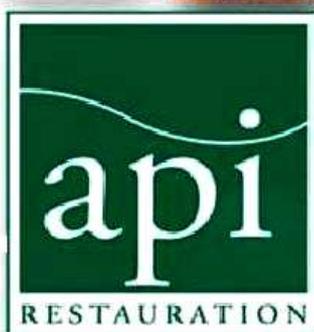
Concombres vinaigrette
 Fricassé de poulet aux champignons
 Semoule, ratatouille
 Yaourt aromatisé ou fromage blanc ou petit suisse
 aux fruits

Jeudi

Salade de tomates
 Hachis Parmentier
 Salade
 Fruit de saison dont clémentines

Vendredi

Carottes râpées emmental
 Filet de lieu sauce aux câpres
 Riz, épinards à la crème
 Eclair chocolat ou café



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 1 au 5 décembre 2014

Lundi

Friand fromage
Omelette basquaise
Macaronis sauce tomate
Crème dessert chocolat ou flan caramel

Mardi

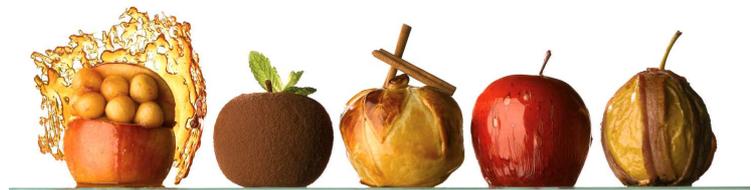
Haricots verts vinaigrette
Escalope de dinde sauce poivre
Frites, salade
Fruits de saison

Jeudi

Salade coleslaw
Filet de colin à la normande
Pommes de terre, jeunes carottes
Velouté fruit ou yaourt nature sucré ou petit suisse aux fruits

Vendredi

Salade d'endives mimolette
Bœuf en daube
Riz pilaf, brunoise de légumes
Compote de fruits



ur toutes questions, contacter notre service consommateur sur notre site : 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

Menus du 8 au 12 décembre 2014

Lundi

Carottes râpées

Boules bœuf

Semoule, légumes à couscous

Fruits de saison

Mardi

Betteraves au gouda

Sauté de veau marengo

Purée, salade verte

Fromage blanc ou yaourt aromatisé ou yaourt nature sucré

Jeudi

½ pamplemousse

Cordon bleu de volaille

Tortis sauce tomate, petit pois carottes

Fruits de saison

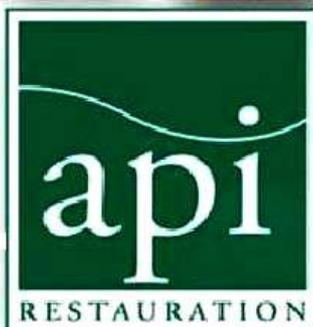
Vendredi

Saucisson sec ou mousse de foie ou salami

Dos de colin sauce ciboulette

Riz cantonnais (sans jambon)

Ile flottante ou flan chocolat ou crème dessert



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 15 au 19 décembre 2014

Lundi

Œuf dur mayonnaise
Carbonnade de bœuf
Purée, carottes vichy
Fruits de saison

Mardi

Avocat au thon
Rôti de porc sauce tomate
Papillons, courgettes sautées
Crème dessert vanille ou flan caramel

Jeudi

REPAS DE NOEL

Vendredi

Haricots verts à l'emmental
Filet de merlu sauce hollandaise
Riz créole, fondue de poireaux
Fruits de saison

