

# 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 4 au 8 novembre 2013



Lundi	Salade piémontaise Normandin de veau Semoule, ratatouille Fruit*
Mardi	Concombre vinaigrette Fricassé de volaille Riz, brunoise de légumes Yaourt nature sucré ou yaourt aux fruits ou petit suisse nature sucré
Jeudi	Carottes râpées * Filet de colin sauté hollandaise P. de terre, courgettes sautées Beignet pomme ou chocolat
Vendredi	Salade de tomates à la mimolette Rôti de porc sauté moutarde Pâtes, carottes* vichy Fruits*

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 11 au 15 novembre 2013

Lundi	FERIE
Mardi	<p>Haricots verts en salade</p> <p>Blanc de poulet sœ poivre</p> <p>Frites, salade</p> <p>Fruit*</p>
Jeudi	<p>Salade de tomates</p> <p>Sauté de bœuf paprika</p> <p>Purée, haricot beurre</p> <p>Petit suisse fruité ou velouté fruit</p> <p>ou fromage blanc</p>
Vendredi	<p>Carottes au chèvre</p> <p>Filet de lieu sœ ciboulette</p> <p>Riz, brocolis*</p> <p>Compote de fruits</p>

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 18 au 22 novembre 2013

Lundi

Betteraves au gouda  
Fricassé de porc  
Semoule, piperade  
Fruit\*

Mardi

Pamplemousse rose  
Pâtes à la bolognaise  
Salade  
Yaourt nature sucré ou yaourt aux fruits  
ou fromage blanc aux fruits

Jeudi

Saucisson sec ou salami ou mousse de foie  
Filet de merlu sœ cocktail  
Riz pilaf, fondue de poireaux\*  
Fruit\*

Vendredi

Concombres bulgare  
Rôti de dinde sœ forestière  
Purée, duo de carottes\* et navets  
Crème dessert choco/vanille ou île flottante



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 25 au 29 novembre 2013



Lundi	Ouf dur mayonnaise Sauté de bœuf aux poivrons P. de terre au curry, salsifis Fruit*
Mardi	Tomates mimolette Filet de colin sœ bonne femme Riz, épinards* à la crème Éclair chocolat ou café
Jeudi	Carottes râpées* Rôti de porc à l'estragon Tortis, méli-mélo de légumes Chocolat liégeois ou flan nappé ou crème dessert
Vendredi	Potage Tajine d'agneau Semoule, légumes couscous 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 2 au 6 décembre 2013

Lundi	Concombres vinaigrette Escalope de dinde Farfalles sœ tomate Mousse chocolat ou crème dessert vanille/caramel
Mardi	Pizza fromage Estouffade de bœuf Purée, petits pois carottes* Fruit*
Jeudi	Tomates mozzarella Filet de colin pané sœ cocktail Riz, brunoise de légumes Fromage blanc ou petit suisse nature ou yaourt aromatisé
Vendredi	Betteraves* vinaigrette Raviolis gratinés Salade Fruit*



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

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 9 au 13 décembre 2013

Lundi	<p>Chou rouge* ou radis                      Rôti de dinde scc pruneaux                      Eblly, haricots verts                      Compote de fruits</p>
Mardi	<p>Macédoine de légumes                      Cordon bleu                      Coquillettes scc tomate, poêlée de légumes                      Yaourt nature sucré ou fromage blanc                      ou velouté fruit</p>
Jeudi	<p>Potage légumes                      Omelette nature                      Semoule, ratatouille                      Fruit*</p>
Vendredi	<p>Carottes* râpées                      Filet de hoki scc aux câpres                      P. de terre aux curry, Brocolis*                      Petit suisse nature sucré ou yaourt aromatisé</p>

# 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 16 au 20 décembre 2013

Lundi

Salade piémontaise  
Fricassée de porc aux olives  
Macaronis, carottes à la crème  
Fruit\*

Mardi

Betteraves\* vinaigrette  
Filet de lieu sce citron  
Riz, fondue de poireaux\*  
Yaourt nature sucré ou petit suisse nature  
ou yaourt aux fruits

Jeudi

REPAS  
DE  
NOEL



Vendredi

Concombres mimolette  
Sauté de bœuf  
Purée, salade  
Fruit\*

api



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