


Menus du 13 au 17 juin 2016

Lundi	Mardi
<p>Salade riz/thon ou salade de pommes de terre/sardine ou crudités</p> <p>***</p> <p>Sauté de dinde au curry</p> <p>Légumes variés</p> <p>***</p> <p>Fromage ou yaourt</p> <p>***</p> <p>Yaourt liégeois ou fruit</p>	<p>Salade haricots jaunes/betteraves ou salade poivrons/ananas ou crudités</p> <p>***</p> <p>Spaghettis à la bolognaise</p> <p>***</p> <p>Fromage ou yaourt</p> <p>***</p> <p>Fruit de saison</p>
Jeudi	Vendredi
<p>Melon</p> <p>***</p> <p>Saucisse de Toulouse/lentilles</p> <p>***</p> <p>Fromage à la coupe</p> <p>***</p> <p>Duo fromage blanc/cocktail de fruits ou fruit</p>	<p>Radis/beurre ou salade de concombres</p> <p>***</p> <p>Filet de poisson sauce normande/semoule de couscous et fondue de poireaux</p> <p>***</p> <p>Fromage ou yaourt</p> <p>***</p> <p>Pomme au four ou fruit</p>
CODE COULEUR	
<p>Pour un repas équilibré, vous devez avoir sur votre plateau les couleurs suivantes...</p>	
<p> Viandes, poissons, œufs</p>	
<p> Féculents (pain, pâtes, riz, semoule, lentilles...)</p>	
<p> Légumes et fruits crus ou cuits</p>	
<p> Produits laitiers (lait, yaourts, fromages...)</p>	
<p> Eau</p>	
<p>Et limiter...</p>	
<p> Matières grasses (huile, beurre)</p>	
<p> Aliments sucrés</p>	
<p>La Principale</p> <p>Brigitte DENYS</p>	<p>Le Gestionnaire</p> <p>Thierry SIZORN</p>