



MENU

Code Couleur → pour un repas équilibré :

- . Les aliments sont classés selon leurs propriétés et leurs qualités nutritionnelles
- . Une couleur par famille d'aliments

Un repas équilibré =

- . 1 aliment du groupe **marron** (**dont le pain**)
- . 1 aliment du groupe **vert** (**au moins**)
- . 1 aliment du groupe **bleu**
- . 1 aliment du groupe **rouge**

On limite les aliments : gras et sucrés

Lundi 2 février 2015

Carottes Râpées au **Fromage** (saison)

Ou **Salade Hivernale** (saison)

Filet de Hoki à l'Armoricaine

Riz Pilaf

Yaourt aux Fruits

Ou **Fromage Blanc**

Pomme, Banane, Mineola (saison).

Mardi 3 février 2015

Salade au **Saumon Fumé**

ou **Crudités à la Mancelle**

Couscous Viande et **Légumes**

Fromage

Ile Flottante, Flan au Caramel, Yaourt Nature

Clémentines (saison).

Jeudi 5 février 2015

Triangle Savoyard

Ou **Feuilleté « Hot-Dog »**

Ou **Crêpe Jambon-Champignons**

Poulet Rôti

Haricots Verts à la Provençale

Ou **Bâtonnière de Légumes** (saison)

Fromage ou **Briquette de Lait**

Ananas du Costa-Rica (saison)

Ou **Pomme au Four** (saison).

Vendredi 6 février 2015

Salami Danois

Ou **Tomate au Thon**

Ou **Pamplemousse**

Hachis Parmentier (Bœuf VBF)

Batavia

Produit Laitier ou **Entremets**

Compotes Variées ou **Salade de Fruits Frais** (saison).

L'Adjoint Gestionnaire,

G. LEPAROUX

Le Principal,

A. BOUCHEZ