

Semaine n° 40 - du 3 au 7 Octobre 2016

Plan alimentaire 5

	lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
Entrées	Betteraves vinaigrette	Chou blanc	Concombre feta	Wraps de crudités	Tomate persillée
	Chou-fleur persillé	Semoule fantaisie	Salade verte fromagère	Macédoine surimi	Salade d'endives
	Salade mêlée	Salade de blé	Salade de riz	pomelo	P. de terre échalote
	friand fromage	croisillon	quiche	Feuilleté viande	pizza
	Salade western	Salami	Œuf dur	Pâté de campagne	Terrine de poisson
Plat principal	Omelette	Estouffade de bœuf	Escalope de dinde à la normande	Poisson meunière citron	saucisse
	Galopin de veau sauce tomate	Poisson sauce crevettes	Jambon braisé	Chili con carne	emincé de volaille
Accompagnement	Epinards à la crème	Pêlé mêlé provençal	Carottes	Epinards béchamel	haricots blancs
	pates	Frites	Purée	Riz créole aux haricots rouges	semoule
Fromages & Produits laitiers	Edam	Tomme grise	Fraidou	Fondu président	Camembert
	Tartare Yaourt ou fromage frais	Cotentin Yaourt ou fromage frais	Saint paulin Yaourt ou fromage frais	Emmental Yaourt ou fromage frais	Tomme blanche Yaourt ou fromage frais
Desserts	Poire	Fruit de saison	Fruit de saison	Pomme	Fruit de saison
	Compote pomme	Fruits à la croque	Smoothie	Banane	Compote
	Crème dessert vanille	Mousse au chocolat	Bircher muëсли	Liégeois	Entremets vanille
	Barre bretonne	Crêpe	Riz au lait	tarte pomme	Biscuits moelleux



En bordeaux, le menu recommandé nutritionnellement

Légende pictogrammes :

Toute l'équipe vous souhaite un bon appétit !