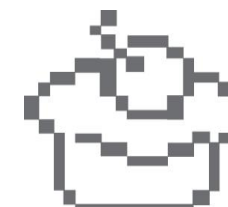


Semaine n° 47 - du 21/11 au 26/11/ 2016

Plan alimentaire 3

info de la
sem@ine 

	lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
Entrées	Tomate à l'estragon Radis rondelles sauce fromage blanc Haricots verts échalote Œufs au curry	Salade de chou Betteraves vinaigrette Riz ananas poivron salade au chèvre	Salade fromagère Carottes râpées à l'emmental Macédoine de légumes Cake aux légumes	Wraps de crudités P. de terre maïs poivron Taboulé Duo de saucissons	concombre maïs macédoine Feuilleté au fromage Rillettes de sardines
	quiche	croisillon	friand viande	pizza	friand fromage
Plat principal	Gratin de pâtes à la parisienne Rôti de dinde	Bœuf au paprika Paupiette de poisson au beurre blanc	Nugget's de poulet Merguez	Filet de poisson sauce nantua paupiette de veau	Parmentier Colombo de porc
Accompagnement	Choux-fleur persillés Pâtes	Haricots verts frites pdt vapeur ?	Ratatouille Haricots blancs	Julienne de légumes Riz pilaf	Carottes purée
Fromages & Produits laitiers	Coulommiers Camembert Yaourt ou fromage frais	Cotentin Edam Yaourt ou fromage frais	Bûchette mi-chèvre Fraidou Yaourt ou fromage frais	Bleu Tome blanche Yaourt ou fromage frais	Tomme grise Vache qui rit Yaourt ou fromage frais
Desserts	Fruit de saison Compote Mousse au chocolat eclair	Poire Fruits à la croque Fromage blanc Flan pâtissier	Fruit de saison Compote tous fruits Crème dessert Semoule au lait	Banane Smoothie pomme poire Entremets praliné Tarte au chocolat	Fruit de saison Compote pomme Flan biscuit

 composition
des pl@tsCuisine Alternative
Ansamble

En bordeaux, le menu recommandé nutritionnellement

Légende pictogrammes :

Toute l'équipe vous souhaite un bon appétit !