

Semaine n° 49 - du 5 au 9/12 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 Galopin de veau sauce tomate	Estouffade de bœuf Poisson sauce crevettes	Escalope de dinde à la normande Jambon braisé	Poisson meunière citron Chili con carne	saucisse emincé de volaille
Accompagnement	Epinards à la crème pates	Pêlé mêlé provençal LEGUMES	Carottes Purée	Epinards béchamel Riz créole aux haricots rouges	haricots blancs semoule
Fromages & Produits laitiers	Edam Tartare Yaourt ou fromage frais	Tomme grise Cotentin Yaourt ou fromage frais	Fraidou Saint paulin Yaourt ou fromage frais	Fondu président Emmental Yaourt ou fromage frais	Camembert Tomme blanche Yaourt ou fromage frais
Desserts	Poire Compote pomme Crème dessert vanille Barre bretonne	Fruit de saison Fruits à la croque Mousse au chocolat biscuit	Fruit de saison Smoothie Bircher muëсли Riz au lait	Pomme Banane Liégeois tarte pomme	Fruit de saison Compote Entremets vanille Biscuits moelleux



En bordeaux, le menu recommandé nutritionnellement

Légende pictogrammes :

Toute l'équipe vous souhaite un bon appétit !