

Selon les recommandations du GEMRCN

Plats indiqués en vert :

Menu équilibré conseillé (127)

SEMAINE DU 7 AU 11 SEPTEMBRE 2015


Origine des viandes : traçabilité disponible en cuisine

La composition des menus est susceptible d'être modifiée

DEJEUNER (semaine 4 du plan alimentaire 29)

| 7 LUNDI | 8 MARDI | 9 MERCREDI | 10 JEUDI | 11 VENDREDI |
|---|--|---|--|---|
| Salade pyrénéenne Tomates /surimi Quiche lorraine Rôti de porc aux herbes Râbles de lapin Choux-fleurs gratiné Courgettes gratinées Fromage(150mg) Yaourt fruits Sabayon aux fruits Flan caramel | Betteraves Salade d'artichaut Salade piémontaise ~~~ Cordon bleu Tajine d'agneau Pâtes Poêlée forestière ~~~ Fromage (100mg de calcium) Yaourt fruits ~~~ Tartes normandes Ananas frais | Salade fromagère Salade au jambon de pays ~~~ Moules Frites ~~~ Fromage (150 mg) Fruits-yaourt ~~~ Moelleux choco /coco | Salade rustique Salade hawaïenne Salade nordique ~~~ Poulet sicilien Cervelas obernoi Lentilles paysannes Gratin de brocolis ~~~ Fromage (150 mg) Fruits - Yaourt Pruneaux au sirop Crumble aux pommes | Salade parisienne Pâté de campagne Salade au poulet ~~~ Poisson meunière Filet de dinde braisée ~~~ Riz pilaf Pipérade ~~~ Fromage (100 mg) Fruits – Yaourt ~~~ Fruits au sirop Crèmes brûlées |

DINER

| 7 LUNDI | 8 MARDI | 9 MERCREDI | 10 JEUDI | |
|--|---|--|--|---|
| Salade mexicaine Saucisse de Strasbourg Pommes vapeur Fromage (150 mg) / Fruits Yaourt Semoule caramel | Salade aux pignons ~~~ Poisson bordelaise Cordiale de légumes Fromage (100 mg)/ Fruit Yaourt Acapulco Ananas /framboise | Avocat cocktail ~~~ Galette Sarazin Concassée de tomate basilic ~~~ Fromage (150 mg) / Fruits ~~~ Yaourt /biscuit | Tomate/cœur de bambou ~~~ Nems Poêlée wok ~~~ Fromage (100 mg) / Fruits / yaourt ~~~ Barre bretonne |  |