

DEJEUNER (semaine 4 du plan alimentaire 60)

28 LUNDI	29 MARDI	30 MERCREDI	31 JEUDI	1 VENDREDI
Tomate/ Thon Salade espagnole Salade parisienne	Salade au bleu Salade Italia Salade sicilienne	Pêche au thon Tarte à l'oignon Poireaux sauce gribiche	Salade au poulet Friand au fromage Salade grecque	Pâté de campagne Salade Normande Salade brésilienne
Blanc de poulet sicilien Sauté de dinde au curry	Veau marengo Bloc de dinde braisé	Spaghettis Bolognaise	Tempura de merlu Aile de raie aux capres	Lomo aux poivrons Cuisse de pintade
Blé Purée de pois cassés	Riz créole Céleri gratiné		Pommes vapeur Courgettes gratinées	Pâtes Tajine de légumes
Fromage (150mg) Yaourt fruit	Fromage (100mg) Yaourt fruit	Fromage (150 mg) Fruit- yaourt	Fromage (150 mg)	Fromage (100 mg) Fruit Yaourt
Fromage blanc Crème chocolat	Tarte au citron	Crème blanc manger	Fruit Yaourt Compote de pommes Salade de fruits	Flan caramel beurre salé Roulé aux myrtilles

DINER

28 LUNDI	29 MARDI	30 MERCREDI	31 JEUDI	
Salade au cantal	Salade de quinoa	Jambon de pays	Salade au chèvre	
Cheeseburger Pomme spicy	Merguez Poêlée de légumes	Filet mignon de porc Gratin dauphinois	Omelette au kebab Haricots beurre	
Fromage (150mg) Fruit Yaourt	Fromage (100 mg) Fruit Yaourt	Fromage (150 mg) Yaourt Fruit	Fromage (100 mg) Fruit	
Pomme au four	Paris Brest	Baba au rhum	Terrine aux pommes	

Composition du petit déjeuner au choix de l'élève : Lait – Café – Chocolat – Thé

Pain – Céréales – Croissant (le jeudi tous les 15 jours)

Beurre - Confiture – Miel – Pâte à tartiner

Jus de Fruit – Fruit - Yaourt

