



BIEN MANGER en restauration collective

C'est possible !

MENUS '4 SAISONS' | DU 25 DÉCEMBRE 2023 AU 07 JANVIER 2024

Menu standard - Déjeuner

Du 25 déc. au 31 déc.

Du 01 janv. au 07 janv.

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENREDI

Salade de pommes de terre
Colombo de porc
Carottes persillées du chef
Fruit **BIO** de saison



Pois chiches aux légumes de couscous
Semoule **BIO**
Vache qui rit **BIO**
Flan vanille



Potage dubarry
Tortellini ricotta épinards
Yaourt nature **BIO**



Boulettes d'agneau au jus
Purée de panais
Lou mirabel
Compote pomme banane **BIO**



Curry de volaille à l'indienne
Riz camarguais **BIO**
Coulommiers
Compote de pommes



Velouté de brocolis
Sauté de boeuf aux oignons
Tortis
Fruit **BIO** de saison



Salade coleslaw
Filet de poisson pané et citron
Purée de pommes de terre
Gâteau au yaourt du chef



Filet de colin sauce citron
Choux fleurs persillés
Tomme noire
Eclair au chocolat



La PYRAMIDE ALIMENTAIRE



Les 7 grandes familles alimentaires :

L'eau
Les céréales
Les fruits et légumes
Les laitages
La viande, le poisson, les œufs
Les matières grasses
Les sucreries

PRATIQUE JE ME REPÈRE DANS LE MENU



LOCAL



DU CHEF



LABELS (EGALIM)

SOUS RÉSERVE DE MODIFICATIONS *