



Menu conseil selon plan  
alimentaire

Fruits et Légumes  
Poissons, Viandes, Œufs  
Féculents  
Produits laitiers  
Produits sucrés



Du 21 au 25 Septembre

LUNDI

Salades mixtes

Nuggets de volaille

Petit pois carottes

St Paulin

Pommes poires

MARDI

Tomates basilic

Spaghetti

Bolognaise

Pécorino

Barre glacée

MERCREDI

Crudités

Filet mignon de porc  
sauce moutarde

Gratin dauphinois

Roquefort

Mille feuilles aux  
fraises

JEUDI

Macédoine

Sauté de veau aux  
olives

Semoule

Yaourt nature fermier  
« Perce Neige »

Muffin « maison »

VENDREDI

Carottes râpées et  
maïs

Filet d'églefin au  
curcuma

Navets persillés

Brie

Fruits de saison