



Menu conseil selon plan  
alimentaire

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

Semaine du 6 au 10 février



LUNDI

Crudités

Cappelletti aux fromages  
Sauce carbonara

Compote

MARDI

Taboulé



Boulettes de  
bœuf



Poêlée de légumes  
angevine

Ile flottante

Fruits de  
saison

MERCREDI

Buffet



Jarret de  
porc rôti



Lentilles de  
Vesancy

Bleu  
cendré

Dessert  
du jour

JEUDI

Salade russe

Sauté de porc à  
la bière



Céréales  
gourmandes

Bûche du  
pilat

Fruit de  
saison

VENDREDI

Concombre  
à la crème



Filet de flétan  
meunière

Ratatouille  
provençale

Yaourt

Tarte au  
flan