



Menu conseil selon plan alimentaire

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



Semaine du 20 au 24 mars

LUNDI

Salade printanière

Sauté d'agneau Irlandais façon tajine aux abricots

Poêlée Arlésienne

Saint-paulin

Tarte pomme à la Normande

MARDI

Salade de pâtes au surimi

Steak haché poêlé



Légumes du jour

Fromage frais

Fruits

MERCREDI

Buffet d'entrée

Aligot de l'Aubrac

Fromage



Mousse stracciatella

JEUDI

Bouillon de bœuf aux vermicelles

Pot au feu et ses légumes



Pavé brebis

Dessert

VENDREDI



Concombres au yaourt, Taboulé Libanais Houmous



Filet de poisson à la Libanaise



Purée pois chiche



Salade d'oranges



Gâteau de semoule

