



Menu conseil selon plan
alimentaire

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



Semaine du 13 au 17 février

LUNDI



Carottes râpées et
coriandre fraîche



Raviolini au bœuf
Sauce napolitaine



Yoco aux
fruits



Fruits

MARDI



Soupe aux
légumes



Omelette

Légumes du
jour



Comté



Doony's
sucré

MERCREDI

Buffet



Coq au vin



Polenta

Galet de
la Loire

Bugnes

JEUDI

Salades
mixtes



Rôti de porc au
miel

Riz basmati

Fournol

Crème
dessert

VENDREDI

Salades
vertes

Meunière de
colin d'Alaska

Pommes cubes
Aux herbes

Yaourt



Fruits