



Menu conseil selon plan
alimentaire

Fruits etd' Légumes
Poissons, Viandes, Œufs
Féculents
Produits laitiers
Produits sucrés



Semaine du 16 au 20 Novembre

LUNDI

Salade verte

Steack haché au jus

Purée de courge
butternut

Tomme de Savoie

Salade de fruits

MARDI

Soupe de Courge
d'Etampe

Emincé de porc à la
Moutarde

Gnocchis Poêlés

Petit Tourtain

Gervais Rigolos

MERCREDI

Buffet d'entrée

Rognons de veau
sauce madère

Riz Pilaf

Gorgonzola

Tarte aux noix et
amandes

JEUDI

Salade
d'endives

Sauté d'agneau oriental
ou Sauté de dinde à
l'indienne

Printanière de
légumes

Yaourt nature

Tarte aux pommes
« Maison »

VENDREDI

Mortadelle

Tagliatelles aux 2 saumons
(frais et fumé)
à l'aneth

Yaourt aux fruits