



**MENU** du 10 au 15 décembre 2018

Menu conseillé du plan alimentaire « souligné »

du lundi au samedi	PETIT DEJEUNER	Lait-café ou chocolat ou thé - Céréales - Pain - Beurre - Confiture - Yaourt - Jus d'orange ou jus de pommes -fruit
	DEJEUNER	DINER
LUNDI 10/12/2018	<p><u>Concombre à la crème</u> ou salami ou salade composée  <u>Brochette de poulet</u> ou chipolatas  <u>Blé</u> ou julienne de légumes  <u>Fromage / Fruit</u>  <u>Ile flottante</u></p>	<p><u>Salade strasbourgeoise</u> ou avocat  <u>Croissant au jambon</u>  <u>Poêlée pasta Valentina</u> ou piperade  <u>Fromage / fruit /</u>  <u>Flan</u></p>
MARDI 11/12/2018	<p><u>Quiche</u> ou salade kebab ou radis  <u>Poisson sauce hollandaise</u> ou paupiette  <u>Carottes à la crème</u> ou penne aux poivrons  <u>Fromage BIO / Fruit</u>  <u>Yaourt BIO</u></p>	<p><u>Salade surimi</u> ou potage  <u>Cuisse de pintade</u>  <u>Lentilles /Poêlée Romanesco</u>  <u>Fromage / Fruit</u>  <u>Barre glacée</u></p>
MERCREDI 12/12/2018	<p><u>Pêche au thon</u> ou mousse de canard ou salade au fromage  <u>Pot au feu</u>  <u>Légumes du pot</u> ou pdt vapeur  <u>Fromage/ Fruit</u>  <u>Fromage blanc aux fruits</u></p>	<p><u>Taboulé</u> ou Moule à la catalane  <u>Rôti de veau BIO</u>  <u>Haricots verts/ gratin</u>  <u>Fromage / Fruit</u>  <u>Eclair</u></p>
JEUDI 13/12/2018	<p><u>Salade de chèvre chaud</u> ou blé au thon ou salade paysanne  <u>Ventrèche</u> ou merguez  <u>Piperade/frites</u>  <u>Fromage/ Fruit</u>  <u>Tarte pomme BIO</u></p>	<p><u>Salade de gésier</u> ou crudités  <u>Poisson pané</u>  <u>Semoule</u> ou brocolis  <u>Fromage/ Fruit</u>  <u>Pomme au four</u></p>
VENDREDI 14/12/2018	<p><u>Crudités variées</u> ou tourin a la tomate ou œuf dur  <u>Steak BIO</u> ou lomo  <u>Purée</u> ou poêlée  <u>Fromage / Fruit</u>  <u>Yaourt</u></p>	<p><u>Buffet d'entrée</u>  <u>Tomate farcie</u>  <u>Dessert au choix</u></p>
SAMEDI 15/12/2018	MENU AU CHOIX SUIVANT MARCHE DE LA SEMAINE	