



MIDI	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI
ENTREE	Salade verte	Pizza		Radis
PLAT PROTIDIQUE	Cordon bleu	Couscous boulettes		Gratin de pâtes au jambon
ACCOMPAGNEMENT	Purée de pommes de terre	Semoule		
LAITAGE	Edam	Camembert		Gouda
DESSERT	Banane	Crème vanille		Pomme



Végétarien



Les Produits biologiques



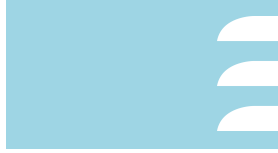
Le produit maison
"Simple et bon"



Les produits locaux

Nous te souhaitons un bon appétit !





VENDREDI

Betteraves persillées

Meunière de poisson
citronnée

Carotte Vichy

Fromage blanc

Yaourt

 **wrest**
restauration



MIDI	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI
ENTREE	Salade de tomates	Thon/maïs		Salade d'endives aux noix
PLAT PROTIDIQUE	Pilons de poulet	Steack haché-Coquillettes		Tartiflette
ACCOMPAGNEMENT	Haricots plats persillés			(pomme de terre fraîche de la Crau)
LAITAGE		Mimolette		
DESSERT	Fruit de saison	gauffre		Ananas



Végétarien



Les Produits biologiques



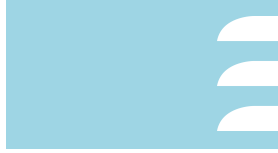
Le produit maison
"Simple et bon"



Les produits locaux

Nous te souhaitons un bon appétit !





VENDREDI

Salade verte composée

Filet de merlu à la
bordelaise

Gratin de poireaux


Emmental


Yaourt a boire


 **wrest**
restauration




MIDI	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI
ENTREE	Carottes râpées citronnées	Choux rouge		Salade verte
PLAT PROTIDIQUE	Œufs à la florentine	Steack haché		Lasagnes bolognaise
ACCOMPAGNEMENT	Epinards hachés à la crème	Pâtes		
LAITAGE	Saint Paulin	Petits suisse		Edam
DESSERT	Beignet confiture	Corbeille de fruits		Eclair au chocolat

 Végétarien

 Les Produits biologiques

 Le produit maison "Simple et bon"

 Les produits locaux

Nous te souhaitons un bon appétit !





VENDREDI

Salade composée

Colombo de poisson

riz créole

Yaourt nature

Fruit


restoration



MIDI	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI
ENTREE	Pâté en croute	Salade de betteraves		Macédoine de légumes
PLAT PROTIDIQUE	Galopin de veau	Sauté de porc à la tomate avec ces lentilles		Raviolis
ACCOMPAGNEMENT	Gratin de choux fleurs			Au bœuf
LAITAGE	Fromage blanc	Emmental		Petits suisse
DESSERT	Corbeille de fruits	Salade de fruits		Gâteau maison



Végétarien



Les Produits biologiques

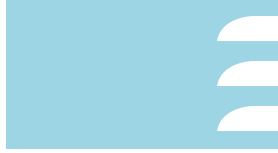
Le produit maison
"Simple et bon"



Les produits locaux

Nous te souhaitons un bon appétit !





VENDREDI

Salade verte

Gratin de poisson

Carottes sautées


Bûchette de chèvre


Pomme



restoration




MIDI	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI
ENTREE	salade verte-hamburger -frite- compote	Salade piémontaise		Salade verte et croûtons
PLAT PROTIDIQUE		Aiguillette de poulet à la moutarde		Hachi parmentier
ACCOMPAGNEMENT		Haricots blancs		
LAITAGE		Vache Picon		Mimolette
DESSERT		Corbeille de fruits		mousse aux chocolat

 Végétarien

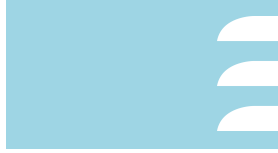
 Les Produits biologiques

 Le produit maison "Simple et bon"

 Les produits locaux

Nous te souhaitons un bon appétit !





VENDREDI

Radis beurre

Couscous du chef

Semoule et légumes
couscous

Fromage blanc

Fruits

 **wrest**
restauration



MIDI	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI
ENTREE	Chou rouge vinaigrette	Haricots verts en salade		Salade de tomates
PLAT PROTIDIQUE	Cordon bleu	Boulettes d'agneau		Chili
ACCOMPAGNEMENT	Petits pois et carottes	Pâtes		Con carne
LAITAGE	Camembert	Brie		Petits Suisse
DESSERT	Banane	Flan vanille		Pomme



Végétarien



Les Produits biologiques



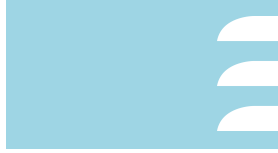
Le produit maison
"Simple et bon"



Les produits locaux

Nous te souhaitons un bon appétit !





VENDREDI

Concombre fromage
blanc

Poisson pâné

Poêlée de légumes

Yaourt

FREQUENCES RECOMMANDEES DE SERVICE DES PLATS 5 JOURS SANS CHOIX

fréquence de consommation analysée sur 30 repas	Entrée	Plat protidique	ou accompagn	Produit laitier	Dessert
Entrées contenant plus de 15% de lipides	4				
Crudités de légumes ou de fruits, contenant au moins 50% de légumes ou de fruits.	12				
Produits à frire ou pré-frits contenant plus de 15% de lipides			1		
Plats protidiques ayant un rapport P/L < ou = à 1		1			
Poissons ou préparations à base de poisson contenant au moins 70% de poisson, et ayant un P/L > ou = 2		5			
Viandes non hachées de bœuf, de veau ou d'agneau, et abats de boucherie		5			
Préparations ou plats prêts à consommer à base de viande, de poisson ou d'œuf contenant moins de 70% de matière première animale		3			
Légumes cuits, autres que secs, seuls ou en mélange,			12		
Légumes secs, féculents ou céréales, seuls ou en mélange			11		
Fromages contenant plus de 150mg de calcium laitier par portion				10	
Fromages contenant plus de 100mg et moins de 150 mg de calcium par portion				5	
Produits laitiers ou desserts lactés contenant plus de 100 mg de calcium, et moins de 5g de lipides par portion				9	
Desserts contenant plus de 15% de lipides.					
Desserts contenant moins de 15% de lipides, et plus de 20g de glucides simples totaux par portion					7
Desserts de fruits crus, 100% fruits cru, sans sucre ajouté					9

Fréquence recommandée
5/24 MAXI
12/24 MINI
5/24 MAXI
2/24 MAXI
5/24 MINI
5/24 MINI
5/24 MAXI
12 sur 24
12 sur 24
10/24 MINI
5/24 MINI
7/24 MINI
11/24 MAXI
10/24 MINI
