

PLAN ALIMENTAIRE Du Collège Font-Belle de SEGONZAC

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	 VENDREDI
			 VEGETARIEN		
12/05 au 16/05	Tomates/concombre Paupiette de veau Riz Fromage Fruits	Sardines/Maquereaux Chipolatas Haricot vert Fromage Riz/Semoule au lait BIO	Salade lentilles Féta Œufs à la tomate Blé Fromage blanc Fruits	Carottes rapées/Céleri Sauté de bœuf Frites Yaourt BIO Compote	Radis rose ou noir Poisson Gratin de Légumes Fromage Tarte
19/05 au 23/05	Piémontaise Poulet Ratatouille Yaourt Fruits	 VEGETARIEN Melon Spaghettis bolognaise égréné végétal Fromage blanc Fraises	Salade marine Rôti de porc Purée Fromage blanc Cocktail de fruits	Animation smoothie Champignons à la grecque ou à la crème Poisson en sauce Semoule Fromage Smoothie	Quiche (maison) Steak Petits pois Yaourt Fruits
26/05 au 30/05	 VEGETARIEN Salade de lentille Féta Omelette pommes de terre Fromage Fruits au sirop	Salade de riz Poisson Gratin de courgettes Fromage Fruits	Chou-fleur vinaigrette/ carottes râpées Escalope de dinde marinée Tian de légumes Fromage Clafoutis	Féié	
02/06 au 06/06	Surimi/Œufs Mimosa Sauté de dinde Pâtes Fromage Compote	Friands Côtes de porc Duo de haricots Yaourt Fruits	Tomates Antiboise Poisson Gratin dauphinois Fromage Liégeois	 VEGETARIEN Tartine haricot rouge roblochon Multi-céréales aux petits légumes Salade Fromage Banane/poire chocolat	Animation Glace Cervelas pommes de terre Bourguignon (Local) Carottes vichy Yaourt Glace

NB: Afin de répondre aux recommandations du GEMRCN, il est souhaitable de proposer un fruit ou un légume cru par menu.

LE PRINCIPAL

LA GESTIONNAIRE



Mission Nutrition Alimentation - Poitou-Charentes
Laeticia HOULIER (diététicienne)