

PLAN ALIMENTAIRE Du Collège Font-Belle de SEGONZAC

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
			 VEGETARIEN		
10/11 au 14/11	DUO DE CHOUX VEAU MARENGO SEMOULE FROMAGE FRUITS	FERIE	SALADE DE LENTILLE FETA TORTILLA A LA PDT SALADE VERTE FROMAGE FRUITS	SALADE GARNIE BŒUF BOURGUIGNON (LOCAL) PATES FROMAGE FRUITS AU SIROP	AVOCATS/POMELOS POISSONS FRAIS CAROTTES FRAICHES YAOURT BIO MOELLEUX AU CHOCOLAT MAISON
17/11 au 21/11	SALADE DE PATES TRICOLERE SAUTE DE POULET HARICOTS VERTS FROMAGE BLANC BIO FRUITS	 VEGETARIEN BETTERAVE MIMOSA CHILI AUX LEGUMES RIZ FROMAGE FRUITS	SALADE D'ENDIVES GARNIE COTES DE PORC PUREE MAISON FROMAGE POMME CUITE FACON CRUMBLE	VELOUTE DE POIREAUX POISSON BLE A LA TOMATE FROMAGE CREME DESSERT	QUICHE MAISON BŒUF A LA TOMATE LOCAL CHOUX DE BRUXELLE YAOURT BIO FRUITS
24/11 au 28/11	 VEGETARIEN MOUSSE DE BETTERAVE/HOUMOUS GRATIN façon TARTIFLETTE YAOURT FRUITS	PIEMONTAISE POISSON MELI MELO DE LEGUMES FROMAGE FRUITS	CAROTTES RAPEES AU RAISIN SEC ESCALOPE DE DINDE MARINEE FLAGEOLET FROMAGE BIO COMPOTE	SALADE ENDIVES/POMMES/NOIX ROTI DE BŒUF FRITES FRAICHES YAOURT FERMIER (LOCAL) FRUITS AU SIROP	CELERI/ CHAMPIGNON A LA CREME BLANQUETTE DE VEAU CAROTTES FRAICHES FROMAGE FAR BRETON MAISON
01/12 au 05/12	PATE / SAUCISSON SAUTE DE DINDE AU CURRY PATES FROMAGE COCKTAIL DE FRUITS	FLAMENKUCHE MAISON ROTI DE PORC PETITS POIS YAORT FERMIER LOCAL FRUITS	CHOU ROUGE AUX POMMES POISSONS FRAIS RIZ FROMAGE LIEGEOIS	 VEGETARIEN COLESLOW AUX NOIX SPAGHETTI BIO BOLOGNAISE VEGETAL FROMAGE QUATRE QUART MAISON	SALADE DAUPHINOISE STEACK HACHE FACON BOUCHERE DUO DE HV YAOURT FRUITS

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

La Principale
H. DUPRE



La Secrétaire Générale
A. CHANDE



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