

Commune de François

Plan alimentaire

Semaine 2	salade d'endives	salade verte	taboulé	salade de betteraves	friand
	jambon braisé	tagliatelles au saumon	omelette	cote d'agneau	steack prod
	haricots verts		ratatouille	haricots blancs	brocolis
	camembert	chèvre	saint paulin	petit suisse	saint nectaire
	riz au lait	danette	banane	pomme	poire

	LUNDI 11	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Semaine 3	salade verte	rillettes	salade de pates	carottes rapées	potage
	aiguillettes de canard	langue de foef	cote de porc	rissotto aux légumes	poisson du jour frais
	pâtes	pomme de terre vapeur	jardinière de légumes		épinards
	mini babybel	yaourt	mimolette	camembert	yaourt
	compote	kiwi	chocolat liegeois	tourteau fromager	orange

	LUNDI 18	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Semaine 4	avocat	salade verte	salade de chou	concombre à la crème	salade d'endives
	pintade	hachis parmentier	sauté de veau	poisson frais du jour	quiche aux légumes
	purée de pois cassés		riz	brocolis	
	emmental	fromage blanc	petitsuisse	kiri	chanteneige
	pomme	coulis	poire	chou à la crème	fruit

	LUNDI 25	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Semaine 5	taboulé	crêpe	pamplousse	salade verte	méli mélo céleri carottes
	chipolatas	escalope de dinde sauce curr	saumon grillé	roti de porc	œufs sauce aurore
	petits pois	carottes vichy	épinards	lentilles	pommes vapeur
	mimolette	yaourt	samos	petitsuisse	cantadou
	kiwi	banane	flan patissier	pruneaux	crème anglaise