

5 Nuances de gourmandise !

Jaune Rouge Bleu Orange Vert Rose

Matières Grasses : limiter consommation

Protéines : Viande, Poisson, Œuf (blanc)

Produits Laitiers

Féculents : Céréales, PDT, Pâtes, Riz,

Fruits / Légumes

Sucres & Produits Sucrés



LUNDI 5 DECEMBRE

Charcuterie
Poisson Fish and Chip
Légumes d'Antan
Fromage
Mille-Feuille



MARDI 6 DECEMBRE

Salade Mixte
Cuisse de Pintade
Céréale Parfumée
Tomme Blanche
Ananas frais
Jean Bonhomme



St Nicolas !

JEUDI 8 DECEMBRE

Potage
Saucisse
Petits Pois
Yaourt

VENDREDI 9 DECEMBRE

Salade d'Endive
Blanquette de Veau
Riz
Fromage
Compote sucrée / Biscuit



La Principale

Mme LACUEVA-PATTINGRE

La Gestionnaire

Mme MONTANDON