

|  |   |
|--|---|
| Légumes et Fruits cuits / Légumes et Fruits crus : Bon fonctionnement et protection de ton organisme | Produits Laitiers, Desserts lactés : Consolide ton squelette et tes dents |
| Viandes, Poissons, Œufs : Indispensable pour ta croissance   | Féculents : Energie cérébrale et musculaire                               |

|                    | LUNDI              | MARDI                | MERCREDI                    | JEUDI                  | VENDREDI             |
|--------------------|--------------------|----------------------|-----------------------------|------------------------|----------------------|
| Hors d'œuvre       | Carottes râpées    | Concombre persillé   | Tomate mimosa               | Betteraves vinaigrette | Saucisson à l'ail    |
| Plat protidique    |                    |                      | Escalope de volaille au jus | Bolognaise             |                      |
|                    | Rissolette de veau | Quenelles de poisson |                             |                        | Escalope cordon bleu |
| Accompagnement     | Pommes noisettes   | Blé                  | Riz                         | Spaghettis             |                      |
|                    | Brocolis           | Julienne de légumes  | Epinards à la crème         |                        | Haricots verts       |
| Fromage ou laitage |                    | Gouda                | Petit suisse sucré          |                        |                      |
|                    | Six de savoie      | Boursin              |                             | Cantadou               | Emmental             |
| Dessert            | Gaufre au sucre    | Flan caramel         |                             |                        | Orange               |
|                    |                    |                      | Cocktail de fruits          | Clémentines            |                      |