

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	Salade Roméo		Tomates au basilic	Concombre vinaigrette	
		Salami			Potage
Plat protidique	Raviolis au gratin	Filet de poisson à l'échalote	Paupiette de veau	Nugget's	
				Jambon sauce brune	Escalope viennoise
Accompagnement	Plat complet	Blé	Purée	Pommes campagnardes	Lentilles
		Petits pois	Gratin de chou fleur	Ratatouille	Haricots beurre
Fromage ou laitage		Yaourt sucré	Emmental		Boursin
	Gouda			Tartare aux noix	
Dessert		Pomme		Compote de pomme ananas	Clémentines
	Crème dessert vanille		Fromage blanc aux fruits		