



FEVRIER 2012



Semaine du 2 au 3

LUNDI	MARDI	JEUDI	VENDREDI
		Duo de choux Roti de bœuf Pois cassés Fromage Kiwi	Charcuterie Brandade de morue Laitue Fromage Compote de pomme


Semaine du 06 au 10

Potage Hachis Parmentier Batavia Fromage Fruit	Betteraves râpées Poulet bio rôti Endives braisées Fromage Tarte aux pommes	Radis Mijoté de porc Frites Yaourt aux fruits	Poireaux vinaigrette, œufs durs Filet de poisson frais Céréales gourmandes Petits suisses Orange
--	---	--	--

Semaine du 13 au 17

Soupe de légumes Blanquette de veau Riz à l'ancienne Fromage Fruit	Choux fleur vinaigrette Omelette Espagnole Petits pois Crème dessert	Carottes râpées Choucroute garnie Fromage Clémentine	Céleri rémoulade Brochette de poisson Bâtonnets de légumes Gâteau de riz
--	---	---	---

Semaine du 20 au 24

Potage Dubarry Emincé de lapin Boulgour Fromage Fruit	Concombre Roti de porc Flageolet Fromage Dés d'ananas	 Salade verte et Quiche Goulasch de bœuf Choux vert Semoule vanillée	Salade composée & avocat Spaghetti au thon Batavia Fromage blanc aux Fruits rouges
---	---	---	---

janv-12		Entrée	Plat protidique	Garniture ou accomp	Produit Laitier	Dessert	Fréquence ramenée a 14 repas	Fréquence recommandée
Entrées contenant plus de 15 % de lipides	A	2					2	4/20 max
Crudités légumes ou fruits contenant au moins 50% de légumes ou de fruits	B	8		2			10	10/20 min
Produits frits ou pré-frits contenant plus de 15% de lipides	C			1			1	4/20 max
Plats protidiques ayant un rapport P/L < ou = à 1	D		1				1	2/20 max
Poissons ou préparations à base de poisson contenant au moins 70% de poisson, et ayant un P/L > ou = 2	E		3				3	4/20 min
Viandes non hachées de bœuf, de veau ou d'agneau et abats de boucherie	F		3				3	4/20 min
Préparations ou plats prêts à consommer à base de viande, de poisson ou d'œuf et/ou de fromage, contenant moins de 70% de viande, de poisson ou d'œuf	G		1				1	4/20 max
Légumes cuits, autres que secs, seuls ou en mélange, contenant au moins 50% de légumes	H	5		5			10	10/20
Légumes secs, féculents ou céréales, seuls ou en mélange contenant au moins 50 % de légumes secs, féculents ou céréales	I			10			10	10/20
Fromages contenant au moins 150 mg de calcium laitier par portion	J				6		6	8/20 min
Fromages dont la teneur en calcium laitier est comprise entre 100 mg et moins de 150 mg par portion	K				2		2	4/20 min
Produits laitiers ou desserts lactés contenant au moins 100 mg de calcium, et moins de 5 g de lipides par portion	L					5	5	6/20 min
desserts contenant plus de 15% de lipides	M							3/20 max
desserts ou produits laitiers contenant plus de 20 g de glucides simples totaux par portion et moins de 15% de lipides	N					1	1	4/20 max
desserts de fruits crues 100% fruits crus	O					7		8/20 min