



PLANNING DES MENUS MOIS DE DECEMBRE 2022

(Ce menu est établi à titre indicatif, néanmoins des modifications peuvent intervenir en fonction des approvisionnements)



Du 01 au 02			
 		Jeudi 01	Vendredi 02
		Menu à thème cacao Carotte marinée à l'orange et fève de cacao râpé Darne de daurade sauce chocolat épicée Riz pilaf au cacao Suprême de banane sauce chocolat chantilly	Laitue (vinaigrette à la betterave) Saucisse sauce aux aromates Lentilles Yaourt vanille
Du 05 au 09			
Lundi 05	Mardi 06	Jeudi 08	Vendredi 09
Salade composée Couscous d'agneau Yaourt	Carotte / courgette Brandade de morue Fruit au sirop	Pamplemousse Volaille au four Petits pois Confiture de banane BIO Sablés	Salade de carotte Nem Riz cantonnais Yaourt
Du 12 au 16			
Lundi 12	Mardi 13	Jeudi 15	Vendredi 16
Soupe aux légumes Viande rouge aux olives noires Haricots blancs Petits filous	Menu végétarien Gratin de pâte aux légumes Pomme au four	Salade créole Pâté, jambon Ragout de porc Igname Jus / pâtisserie / sachet de Noël	Crudités Raviolis

La gestionnaire et toute l'équipe de la cuisine centrale vous souhaite de Bonnes Fêtes.

Légumes et fruits crus/ légumes et fruits cuits : Source de glucides, minéraux, vitamines, fibres.
Viandes, poissons, œufs : Source de protéines animales, lipides, vitamines, fer.
Féculents : Source de glucides complexes, protéines, vitamines, fibres.
Produits laitiers : Source de protéines, calcium, vitamines.
Produits sucrés : Source de plaisir
Produit gras : Source d'apport d'acides gras

