

OBSERVATIONS SUR LE MENU D'AVRIL 2017

Salade Tropicale: laitue, concombre, maïs, poivron, ananas, carotte, surimi, sauce rose

Salade croûtons et lardons: laitue, bacon, croûtons de pain, fromage, coing







Ensalada de Otoño: lechuga, mezclum, pepino, pimiento, queso, membrillo

Ensalada de la huerta: lechuga, pepino, zanahoria, maíz

Légumes tricolores: haricots verts, carotte, petits pois, pomme de terre, oignon

Salade de de Crudités: laitue, concombre, maïs, radis, asperges blancs

Salade Niçoise: pomme de terre, haricots verts, oeuf poché, thon, olives noires, poivron

COLEUR	GRUPE D'ALIMENTS	NUTRIMENTS PRINCIPAUX	ALIMENTS
	Farinés et féculents	Hydrates de Carbone	Céréales, Pommes de terre, Légumes, Sucres
	Viandes	Proteines	viandes, Oeufs, Poissons
	Fruits et légumes	Fibre, Hydrates de Carbone d'absorption lente, Vitamines, Eléments oléagineux	Salades, Fruits frais
	Légumes		Légumes cuits
	Produits lactés	Calcium, Proteines, Vitamines liposolubles	Fromages, Yaourt, Desserts lactés
	Graisses et Huiles	Acedes gras	Huiles

Buffet de crudités et salades (à partir de collège) - Bol de crudités et salades pour les élèves de Maternelle et de Primaire

Poisson frais selon marché: merlu, morue, le saumon, roussette; au four, avec sauce (tomate, verte, blanche, tartare ou sauce fine) ou à l'andaluse

Fruit: banane, pomme, poire, orange, mandarine, pêche au sirop, ananas dans son jus

Fromage: Brie, Edam, Burgos, manchego, Petits fromages, Havarty, Gouda, Emmental

ECO = produit écologique 

Veau de Girona: en ragoût, rond, hamburger et boules de viande



Plat ou Menu proposé par les élèves de CE2 / 4ème en Commission de Menus

