

FENELON VAUJOURS
SEMAINE DU 02 AU 06 MARS 2020



Bon Appétit



| | LUNDI 02/03/2020 | MARDI 03/03/2020 | MERCREDI 04/03/2020 | JEUDI 05/03/2020 | VENDREDI 06/03/2020 |
|------|---|---|---|---|--|
| MIDI | Filet de dinde à la crème ou Omelette au fromage | Donuts Poulet Emmental ou Cœur de merlu sauce Hollandaise | Steak haché grillé ou Poisson aux corn flakes | Menu fromager ou Dos de colin | Brochette de poisson panée ou Pavé de dorade sebaste |
| | Courgettes | Gratin de chou fleur | Poêlée ratatouille | Haricots verts | Poêlée méridionale |
| | Riz créole | Farfalles | Frites | Blé | Semoule |
| SOIR | Lasagnes bolognaise ou Lasagnes de légumes au pesto | Lamelles Kebab ou Crêpe au fromage | 1/2 Coquelet ou Poisson blanc à l'italienne | Tomate farcie Grand-mère ou Pépites de Hoki | |
| | *** ou Légumes verts | Boulgour ou Légumes verts | Pâtes ou Légumes verts | Riz ou Légumes verts | |

Mon score nutrition est très bien*

Mon score nutrition est bien*

Mon score nutrition est moins bien*



*Je peux prendre un élément de mon plateau en Rouge, mais j'équilibre avec du vert et du orange