

PLAN ALIMENTAIRE des RESTAURANTS D' ENFANTS DES ECOLES MATERNELLES LE PUY - en - VELAY

| | Plan alimentaire n° 1 | Plan alimentaire n°2 | Plan alimentaire n° 3 | Plan alimentaire n° 4 |
|----------|--|---|--------------------------------------|---|
| LUNDI | - Viande rouge en sauce (40 gr) | - Crudités (60 gr **) | - Volaille en sauce (40 gr) | - Volaille rôtie, bouillie (40 gr) |
| | - Légumes verts (60 gr) | - Plat garni végétarien avec féculents | - Féculents (90 gr *) | - Féculents (90 gr *) |
| | - Camembert (30 gr) | - (125 gr) | - Cantal (20 gr) | - Tome blanche (20 gr) |
| | - Fruit de saison x 1 | - Fromage bl aux fruits x 1 (100 gr) | - Fruit de saison x 1 | - Fruit de saison x 1 |
| MARDI | - Crudités (60gr **) | - Viande blanche en sauce (40 gr) | - Cuidités (60 gr) | - Féculents en salade (60 gr) |
| | - Poisson (40 gr) | - féculents (90 gr *) | -Féculents + produits lait (125 gr) | - Plat garni (viande 40 gr) |
| | - Féculents (90 gr *) | - Goudoulet de vache (20 gr) | - Fourme (20 gr) | - Plat garni (légumes verts 60 gr) |
| | - Yaourt nature x 1 (125 gr) | - Fruit de saison x 1 | - Fruit de saison x 1 | - Petits suisses natures x 1 (60 gr) |
| MERCREDI | -Viande rouge rôtie, bouillie (40 gr) | - Entrée chaude au fromage (80 gr) | - Poisson (40 gr) | - Œuf (45 gr) |
| | - Légumes verts (60 gr) | - Volaille (40 gr) | - Légumes verts (60 gr) | - Féculents (90 gr *) |
| | - Emmental (20 gr) | - Légumes verts (60 gr) | - Brie (20 gr) | - Tome de Savoie (20 gr) |
| | - Fruit de saison x 1 | - Fruit de saison x 1 | - Pâtisserie x 1 | - Fuit de saison x 1 |
| JEUDI | - Volaille rôtie, bouillie (40 gr) | - Crudités (60 gr **) | - Viande rouge hachée (45 gr) | - Charcuterie (30 gr) |
| | - Féculents (90 gr**) | - Poisson (40 gr) | - Légumes verts (60 gr) | - Poisson (40 gr) |
| | - Tome de chèvre (20 gr) | - Féculents (90 gr *) | - Emmental (20 gr) | - Légumes verts (60 gr) |
| | - Fruit de saison x 1 | - Petits suisses natures x 1 (60 gr) | - Fruit de saison x 1 | - Fromage bl aux fruits x 1 (100gr) |
| VENDREDI | - Œuf (45 gr) | - Viande rouge rôtie, bouillie (40 gr) | - Crudités (60 gr **) | - Crudités (25gr) + fromage (20gr) |
| | - Légumes verts (60 gr) | - Légumes verts (60 gr) | - Poisson (40 gr) | - Viande blanche rôtie, bouillie(40 gr) |
| | - Saint Nectaire (20 gr) | - Fromage plié fondu x 1 (20 gr) | - Féculents (90 gr *) | - Légumes verts (60 gr) |
| | - Pâtisserie x 1 | - Fruit de saison x 1 | - Yaourt nature x 1 (125 gr) | - Crème dessert x 1 (125gr) |

- * sauf ébly, boulgour (75 gr).

- ** sauf salade verte nature (30 gr) / mâche nature (25 gr).