

PLAN ALIMENTAIRE cantine Martizay					
	Semaine 4 (01-02/09)	Semaine 5 (5-08/09)	Semaine 1 (12-16/09)	Semaine 2 (19-23/09)	Semaine 3 (26-30/09)
Lundi	VACANCES	Rillettes sardine	Céleri vinaigrette	Salade de choux - carottes	Choux fleur vinaigrette
		Sauté agneau	Bolognaise	Sauté Bœuf	Escalope dinde
		Haricots verts	Spaghetti	Blé	Riz - Champignon
		Riz au lait	Gruyère	Fromage blanc	Fromage
			Fruit au sirop	Fraise	Poire
Mardi		Brocoli vinaigrette	Tomate vinaigrette	Pois cassés	Tomate mozzarella
		Poulet rôti	Tarte du soleil	Poisson	Steack haché
		Purée PDT		Salsifis à la béchamel	Frites
		Camembert	Petit suisse	Crème glacée	Compote de fruits
		Fraise	Banane		
Jeudi	Tomate + Lentille	Comcombre à la vinaigrette	Betterave	Salade + Melon + jambon sec	Œufs mimossa
	Rôti porc	Gratin de légumes (courgettes /PDT /tomates)	Chipolata	Boudin blanc	Couscous
	Carottes vichy		Flageolet	Carottes + Petits pois	Légumes
	Yaourt nature sacré	Fromage blanc	Yaourt sucré	Petits suisses	Crème dessert + Gâteaux secs
	Abricot	Framboise	Poire		
Vendredi	Salade + Dèc de mimolette	Macédoine vinaigrette	Piémontaise	Haricots verts vinaigrette	Galette au fromage de chèvre
	Rosbeef	Poisson	Poisson	Omelette	Poisson
	Pâtes	Riz	Ratatouille	PDT	Courgettes braisées
	Pomme au four	Fromage	Fromage	Fromage	Melon
	Compote	Pomme	Abricot		

Audrey MARTIN – Maison de Santé Pluridisciplinaire : 1, rue Jardin d'Azay – 36290 Azay-le-Ferron
Tél. : 06 74 76 57 99 - @. amartin.nutrition@gmail.com - N°ADESLI : 36 95 0054 1