

# Semaine du 09 janvier au 13 janvier 2023

semaine 3

lundi 09		mardi 10		mercredi 11		jeudi 12		vendredi 13	
Crudités		Fréquence libre				Crudités		Fréquence libre	
Salade bar self 4 choix		œufs cocotes Taboulé				Assortiment de crudités		Salade mexicaine Quinoa pesto Feta	
Fréquence libre		Bœuf, veau, agneau, abats (non haché)				Poisson ≥ 70%		végétarien	
Rôti de porc		Sauté de veau cidre		BIO		Filet de poisson frais		sauce tomate Végétale F.M.	
Féculent		Légumes verts				Légumes verts		Féculent	
Pommes vapeur		Haricots verts à l'échalote		BIO		Carottes Vichy		Pâtes au beurre	
Fromage +150mg calcium		Fromage 100/150mg calcium				Produit laitier +100mg calcium < 5g Lip		Fromage +150mg calcium	
Babibel		Brie				Yaourt nature sucré		Camembert	
Dessert +20gr de Gluc et -15% Lip		Fruit cru				Dessert +15% Lipides		Fruit cru	
Crème dessert chocolat		Fruit de saison				Marbré Fruits		Fruit de saison	
Fruits									

Vu, le Principal  
**M<sup>lle</sup> MARIE FRANÇOISE EMILE ZOLA**  
 LE PRINCIPAL  
 COLLEGE EMILE ZOLA  
 130 GIBERNEVILLE

Adjoint Gestionnaire  
**Mme VILLEROY Florence**

L'Infirmière  
**Mme LETHUILLIER Marie-Hélène**

Chef de cuisine  
**M DOBOSZEWICZ Raphael**

Ces menus sont donnés à titre indicatif, ils peuvent être modifiés suivant l'approvisionnement

