

Familles d'aliments	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
  	carotte rapées	salade piémontaise	concombre au fromage blanc	cœurs de palmier au maïs	œufs durs mayonnaise
	filet poulet grillé	sauté de bœuf	quiche lorraine	cordons bleus de volaille et citron	filet hoki
 	riz	poêlée de légumes	salades	haricots beurre à la provençale	penne
 	coulommiers	fromages	fromage	fromage	émmental
	yaourt aromatisé	fruit du jour	yaourt	liègeois chocolat	fruit du jour

 Viandes, poissons et œufs

 Légumes & fruits

 Produits céréaliers, féculents et légumes secs

 produits laitiers

 Bon pour la santé