

Familles d'aliments	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
  	salade de cœur de palmier	carottes rapées		salade de tomate concombre et soja	Paté de foie
	steak hache de poulet sauce tomate	carbonara		kébab de volaille	nuggets de poisson
 	semoule	pates		pommes noisette	riz
  	fromage	fromage		fromage	fromage
	compote	beignet chocolat		yaourt	fruit

 Viandes, poissons et oeufs

 Légumes & fruits

 Produits céréaliers, féculents et légumes secs

 produits laitiers

 Bon pour la santé