Plan alimentaire ATELIER CULINAIRE DEPARTEMENTAL - CHAMBERY

SEMAINE 1	LUNDI	MARDI	JEUDI	VENDREDI
	Légume cru d'entrée (salade + Garn.)	Légume cru d'entrée (salade + Garn.)	Légume cru d'entrée (salade + Garn.)	Légume cru d'entrée (salade + Garn.)
	Légume cru d'entrée	FECULENTS	Légume cuit d'entrée	Légume cru d'entrée
	Légume cru d'entrée	FECULENTS	Légume cuit d'entrée	Légume cru d'entrée
	Complément protidique	***BŒUF NON HACHE***	***POISSON P/L>2***	PORCP/L<1
	Complément protidique (ŒUF) ou PLAT<70%MPA (ŒUF)	**Complément protidique**	**Complément protidique**	**Complément protidique**
	FECULENT	LEGUMES CUITS	LEGUMES CUITS	FECULENT
	LEGUMES CUITS	FECULENT	FECULENT	LEGUMES CUITS
	PLATEAU DE FROMAGE 1	PLATEAU DE FROMAGE 1	PLATEAU DE FROMAGE 1	PLATEAU DE FROMAGE 1
	FRUIT CRU	FRUIT CRU	FRUIT CRU	FRUIT CRU
	FRUITS CUITS	FRUIT CRU	PATISSERIE > 15% lipides et > 20g de glucides	FRUIT CRU

SEMAINE 2	LUNDI	MARDI	JEUDI	VENDREDI
	Légume cru d'entrée (salade + Garn.)	Légume cru d'entrée (salade + Garn.)	Légume cru d'entrée (salade + Garn.)	Légume cru d'entrée (salade + Garn.)
	FECULENTS	Légume cru d'entrée	Légume cru d'entrée	Entrée protidique
	FECULENTS	Légume cru d'entrée	Légume cru d'entrée	Entrée protidique
	VEAU NON HACHE	**Complément protidique**	VOLAILLE P/L>1	***POISSON P/L>2***
	Complément protidique	**Complément protidique**	**Complément protidique**	**Complément protidique**
	LEGUMES	FECULENT	FECULENT	FECULENT
	FECULENT	LEGUMES CUITS	LEGUMES CUITS	LEGUMES CUITS
	PLATEAU DE FROMAGE 2	PLATEAU DE FROMAGE 2	PLATEAU DE FROMAGE 2	PLATEAU DE FROMAGE 2
	FRUIT CRU	FRUIT CRU	FRUIT CRU	FRUIT CRU
	FRUIT CRU	DESSERT < 15% lipides (entremets)	FRUITS CUITS	FRUIT CRU

SEMAINE 3	LUNDI	MARDI	JEUDI	VENDREDI
	Légume cru d'entrée (salade + Garn.)	Légume cru d'entrée (salade + Garn.)	Légume cru d'entrée (salade + Garn.)	Légume cru d'entrée (salade + Garn.)
	Légume cru d'entrée	Légume cuit d'entrée	Pâtisserie d'entrée	Légume cru d'entrée
	Légume cru d'entrée	Légume cuit d'entrée	Pâtisserie d'entrée	Légume cru d'entrée
	POISSON P/L<1)	***PORC P/L> 1***	**Complément protidique**	***BŒUF NON HACHE***
	Complément protidique	**Complément protidique**	**Complément protidique**	**Complément protidique**
	LEGUMES CUITS	FECULENT	LEGUMES CUITS	FECULENT
	FECULENT	LEGUMES CUITS	FECULENT	LEGUMES CUITS
	PLATEAU DE FROMAGE 3	PLATEAU DE FROMAGE 3	PLATEAU DE FROMAGE 3	PLATEAU DE FROMAGE 3
	FRUIT CRU	FRUIT CRU	FRUIT CRU	FRUIT CRU
	FRUIT CRU	PATISSERIE > 15% lipides et > 20g de glucides	FRUIT CRU	DESSERT < 15% lipides (entremets)

SEMAINE 4	LUNDI	MARDI	JEUDI	VENDREDI
	Légume cru d'entrée (salade + Garn.)	Légume cru d'entrée (salade + Garn.)	Légume cru d'entrée (salade + Garn.)	Légume cru d'entrée (salade + Garn.)
	Entrée protidique	Légume cru d'entrée	Légume cru d'entrée	Légume cuit d'entrée
	Entrée protidique	Légume cru d'entrée	Légume cru d'entrée	Légume cuit d'entrée
	VOLAILLE P/L>1	***POISSON P/L>2***	***AGNEAU NON HACHE***	**Complément protidique**
	Complément protidique	**Complément protidique**	**Complément protidique**	**Complément protidique (ŒUF)**
	FECULENT	FECULENT	FECULENT	LEGUMES CUITS
	LEGUMES CUITS	LEGUMES CUITS	LEGUMES CUITS	FECULENT
	PLATEAU DE FROMAGE 4	PLATEAU DE FROMAGE 4	PLATEAU DE FROMAGE 4	PLATEAU DE FROMAGE 4
	FRUIT CRU	FRUIT CRU	FRUIT CRU	FRUIT CRU
	FRUIT CRU	DESSERT < 15% lipides (entremets)	FRUITS CUITS	FRUIT CRU

SEMAINE 5	LUNDI	MARDI	JEUDI	VENDREDI
	Légume cru d'entrée (salade + Garn.)	Légume cru d'entrée (salade + Garn.)	Légume cru d'entrée (salade + Garn.)	Légume cru d'entrée (salade + Garn.)
	Légume cuit d'entrée	Légume cru d'entrée	Légume cru d'entrée	FECULENT
	Légume cuit d'entrée	Légume cru d'entrée	Légume cru d'entrée	FECULENT
	PLAT<70%MPA	***VEAU NON HACHE***	**Complément protidique**	***POISSON P/L>2***
	Complément protidique	**Complément protidique**	**Complément protidique**	**Complément protidique**
	LEGUMES CUITS	FECULENT	FECULENT	LEGUMES CUITS
	FECULENT	LEGUMES CUITS	LEGUMES CUITS	FECULENT
	PLATEAU DE FROMAGE 5	PLATEAU DE FROMAGE 5	PLATEAU DE FROMAGE 5	PLATEAU DE FROMAGE 5
	FRUIT CRU	FRUIT CRU	FRUIT CRU	FRUIT CRU
	FRUIT CRU	PATISSERIE > 15% lipides et > 20g de glucides	DESSERT < 15% lipides (entremets)	FRUIT CRU