# Menus de la semaine

Lundi		
Déjeuner	Entrée	
	Féculent	
	Légume	
	Viande	
	P. laitier	
	Fruit	
Dîner	Entrée	
	Féculent	
	Légume	
	P. laitier	
	Fruit	

Liste de courses :
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-

Mardi		
Déjeuner	Entrée	
	Féculent	
	Légume	
	Viande	
	P. laitier	
	Fruit	
Dîner	Entrée	
	Féculent	
	Légume	
	P. laitier	
	Fruit	

Liste de courses :
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-

### LALLEMAND Cécile Diététicienne nutritionniste

Mercredi		
Déjeuner	Entrée	
	Féculent	
	Légume	
	Viande	
	P. laitier	
	Fruit	
Dîner	Entrée	
	Féculent	
	Légume	
	P. laitier	
	Fruit	

Liste de courses :
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-

Jeudi		
Déjeuner	Entrée	
	Féculent	
	Légume	
	Viande	
	P. laitier	
	Fruit	
Dîner	Entrée	
	Féculent	
	Légume	
	P. laitier	
	Fruit	

Liste de courses :
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-

### LALLEMAND Cécile Diététicienne nutritionniste

Vendredi		
Déjeuner	Entrée	
	Féculent	
	Légume	
	Viande	
	P. laitier	
	Fruit	
Dîner	Entrée	
	Féculent	
	Légume	
	P. laitier	
	Fruit	

Liste de courses :
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-

Samedi		
Déjeuner	Entrée	
	Féculent	
	Légume	
	Viande	
	P. laitier	
	Fruit	
Dîner	Entrée	
	Féculent	
	Légume	
	P. laitier	
	Fruit	

Liste de courses :
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-

### LALLEMAND Cécile Diététicienne nutritionniste

Dimanche		
Déjeuner	Entrée	
	Féculent	
	Légume	
	Viande	
	P. laitier	
	Fruit	
Dîner	Entrée	
	Féculent	
	Légume	
	P. laitier	
	Fruit	

Liste de courses :		
-		
-		
-		
-		
-		
-		
-		
-		
-		
-		
-		

## Liste de courses de la semaine :

Fruits et légumes			
Epicerie salée			
Produits frais (viande, poisson, laitages)			
Autre			