

SEMAINE 1 DU MOIS	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
	DINER	DINER	DINER	DINER	DINER
PROTEINES	Poulet	Poisson maigre	Œuf	Poisson gras	Bœuf
LEGUMES	Haricot / Tomate	Choux-Rouge	Mix Légumes	Petits pois - Carotte	Epinard
FECULENT (4 à 6 Mois)	PDT	PDT	PDT	PDT	PDT
FECULENT (+ 6 mois)	Semoule	PDT	Pâtes	PDT	RIZ
MATIERE GRASSE	Beurre	Huile d'Olive	Huile de Colza	Huile d'Olive	Beurre
BOISSONS	EAU	EAU	EAU	EAU	EAU
	GOUTER	GOUTER	GOUTER	GOUTER	GOUTER
FRUITS	Fruits	Fruits	Fruits	Fruits	Fruits
FECULENTS	Pain Gris	Pain Gris	Pain Gris	Pain Gris	Pain Gris
LAITAGE	Lait entier à boire	Fromage blanc entier à tartiner	Lait entier à boire	Fromage blanc entier à tartiner	Yaourt nature entier
BOISSONS	EAU	EAU	EAU	EAU	EAU

LISTE DES ALLERGENES QUI PEUVENT SE RETROUVER DANS LE MENU CETTE SEMAINE : CEREALES – BLE – SEIGNE – AVOINE – EPEAUTRE – CRUSTACES – ŒUFS- POISSON – ARACHIDES – SOJA – FRUITS A COQUE- AMANDES – NOISETTES-CELERI-RAVE – GRAINE DE SESAME – MOUTARDE – LAIT – A BASE DE CELERI