Collège de Lézat sur Lèze
Semaine du lundi 4 au vendredi 8 mai 2026

Lundi	Mardi
Pizza au chèvre et miel Saucisse au piment d'Espelette Petits pois Yaourt	Salade verte Gratin de pâtes Aux légumes et lardons Fromage blanc Fruits
Jeudi	**Vendredi**
Salade de betteraves et féta Poisson meunière Haricots verts Glace	Férié

- Produits laitiers servent à avoir des os solides
- Viande Poisson œuf servent à garder sa masse musculaire
- Fruit ou légume cuit régulent la sensation de faim, régulent le transit intestinal
- Fruit ou légume cru apportent des vitamines et minéraux
- Féculent : céréale, pommes de terre, légumineuse servent à apporter l'énergie à votre corps
- Matière grasse apportent de l'énergie indispensable au bon fonctionnement du corps
- Produits sucrés ne sont pas indispensable au bon fonctionnement du corps

Les menus sont communiqués à une diététicienne.
Les menus peuvent changer en fonction des approvisionnements.

Le Principal, M. Deveillé — La secrétaire générale, Mme Peyre — Le chef de cuisine, M. Mendes

COLLEGE FRANÇOIS LADIER 09210 LEZAT SUR LEZE Le Principal