

**Collège de Lézat sur Lèze**  
**Semaine du lundi 1<sup>er</sup> au vendredi 5 juin 2026**

<b>Lundi</b>	<b>Mardi</b>
<p><b>Samossa</b>  <b>Assiette cantonnaise</b>  <b>Yaourt</b>  <b>Fruits</b></p>	<p><b>Salade verte</b>  <b>Crevettes à la provençale</b>  <b>Semoule</b>  <b>Fromage</b>  <b>Fruits</b></p>
<b>Jeudi</b>	<b>Vendredi</b>
<p><b>Salade composée</b>  <b>Blanquette de veau</b>  <b>Pâtes</b>  <b>Glace</b></p>	<p><b>Betteraves</b>  <b>Poulet au curry</b>  <b>Poêlée de légumes</b>  <b>Yaourt</b></p>
<p>Produits laitiers servent à avoir des os solides  <b>Viande Poisson œuf servent à garder sa masse musculaire</b>  <b>Fruit ou légume cuit</b> régulent la sensation de faim. régulent le transit intestinal  <b>Fruit ou légume cru</b> apportent des vitamines et minéraux  <b>Féculent</b> : céréale, pommes de terre, légumineuse servent à apporter l'énergie à votre corps  <b>Matière grasse</b> apportent de l'énergie indispensable au bon fonctionnement du corps  <b>Produits sucrés</b> ne sont pas indispensables au bon fonctionnement du corps</p>	<p><b>Les menus sont communiqués à une diététicienne.</b>  <b>Les menus peuvent changer en fonction des approvisionnements.</b></p>

Le Principal, M. Leveillé

La secrétaire générale, Mme Peyre

Le chef de cuisine, M. Mendes

