

Collège de Lézat sur Lèze
Semaine du lundi 7 au vendredi 11 septembre 2026

Lundi Salade verte Bœuf bourguignon Pâtes Petit suisse	Mardi Feuilleté Cordon bleu Carottes vichy Fromage Fruits
Jeudi Salade de tomates mozzarella Gratin de légumes et pommes de terre aux lardons Pastèque	Vendredi Salade verte Porc au caramel Frites Yaourt
■ 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.