

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	
1^{ère} semaine	Légumes	Légumes	Féculeux	Féculeux	Charcuterie	
	Boeuf	Porc	Agneau	Volaille	Poisson	
	Féculeux	Légumes secs	Légumes	Légumes	Féculeux	
	Dessert lacté	Laitage	Fromage	Pâtisserie à base de lait	Produits laitiers (au choix)	
	Fruit	Fruit	Fruit		Fruit	
2^{ème} semaine	Légumes	Légumes + PL	Féculeux +/- PL	Entrée pâtissière + PL*	Oeufs + Légumes	
	Volaille	Charcuterie	Abats	Poisson	Poisson/Viande reconstitué	
	Féculeux/Légumes	Féculeux	Légumes +/- PL*	Légumes	Féculeux	
	Laitage + Pâtisserie sèche	Laitage	Fruit	Fruit + Pâtisserie sèche	Laitage	Produits laitiers (au choix)
		Fruit			Fruit	Fruit
3^{ème} semaine	Charcuterie	Légumes	Légumes	Féculeux	Légumes	
	Volaille	Poisson	Boeuf	Porc	Boeuf	
	Légumes	Féculeux	Féculeux	Légumes + PL*	Légumes secs	
	Laitage + Féculeux	Fromage	Dessert lacté	Pâtisserie	Produits laitiers (au choix)	
					Fruit	Fruit
4^{ème} semaine	Légumes	Légumes	Poisson	Entrée pâtissière	Légumes	
	Poisson	Volaille	Viande/Poisson reconstitué	Boeuf	Oeufs + PL*	
	Féculeux	Féculeux	Légumes	Légumes	Féculeux	
	Dessert lacté	Fromage	Laitage	Laitage + Féculeux	Produits laitiers (au choix)	
					Fruit	Fruit

NB : Produits Laitiers (PL*) = Laitage + Fromage

Yaourt (nature ou aux fruits)

Fromage blanc, Petit-suisse