

Compte rendu 3^e session

Selon le décret n° 2011-1227, je vous propose des modifications de menus que vous trouverez en pièce jointe, afin de respecter certaines consignes.

Menus des lycéens et Collégiens de la fondation de Lycée Français « Anna de Noailles »

Entrées :

Selon les semaines : Trop d'entrées riches en lipides.

J'ai tenu compte des salades composées maison qui ne sont pas faites avec de la mayonnaise et donc pas trop riches en lipides pour rééquilibrer.

Parfois le même légume se retrouve en entrée et plats 2 j de suite, je modifie alors le choix du légume pour manger plus varié, comme le demande le décret.

Plat principal :

J'ai laissé : 1 volaille / jour et 1 porc ou charcuterie / jour pour respecter votre budget.

Lorsque le menu proposait 2 volailles sur 3 plats, j'ai modifié le menu.

De même, j'ai modifié la préparation quand il y avait 3 plats en sauce.

Comme dans les menus de primaire, on n'a pas une grande variété de viande non hachée en dehors du bœuf, la volaille et le porc ne faisant pas parti de cette catégorie.

Je propose : 2 plats en sauce ou charcuterie ou pané
 1 plat rôti ou grillé ou braisé.

Produit laitier :

Pour respecter les recommandations et votre budget, le fromage qui est proposé en dernière ligne doit être riche en calcium. Voir tableau envoyé au 1^{er} compte rendu.

Dessert :

Les recommandations sont respectées puisque des fruits frais sont au menu tous les jours.

Fait à Genas, le 22 décembre 2014

Par Patricia APAIX –RATTON

Diététique Formation

Audit – Conseil
Formation Continue

Diététicienne Nutritionniste

Patricia APAIX

5, rue Carnot - 69740 GENAS TEL : 04.78.90.38.24 - FAX : 04.78.58.67.10 contact@dietetique-formation.fr
Déclaration d'activité enregistrée sous le n° 82 69 10312 69 auprès du préfet de la région Rhône-Alpes