

**CYCLE ÉTÉ**  
**Semaine N° 1**

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
MIDI						
Cuidités	Crudités	Cuidités	Crudités	Cuidités	Crudités	Entrée féculents
Bœuf, Veau, Agneau 2ème catégorie	Volaille	Abats / Charcuterie	Poisson	Plat complet (légumes verts + féculents)	Volaille	Boeuf, Veau, Agneau 1ère catégorie
Légumes verts Féculents	Légumes verts Féculents	Féculents	Légumes verts Féculents		Légumes verts Féculents	Légumes verts Féculents
Fromage 2ème catégorie	Laitage	Fromage 3ème catégorie	Fromage 1ère catégorie	Fromage 2ème catégorie	Dessert lacté	Fromage 1ère catégorie
Fruit cru		Fruit cru	Pâtisserie/Dessert sucré	Fruit cru		Pâtisserie
SOIR						
Crudités	Entrée protidique	Potage	Entrée féculents	Crudités	Entrée protidique	Cuidités
Porc	Poisson	Complément protidique (féculents)	Volaille	Œufs	Préparation pâtissière	Complément protidique (légumes verts)
Légumes verts Féculents	Légumes verts Féculents	Crudités	Légumes verts Féculents	Légumes verts Féculents	Crudités	Féculents
Dessert lacté	Fromage 1ère catégorie	Dessert lacté	Laitage	Dessert lacté avec féculents	Fromage 1ère catégorie	Fromage 3ème catégorie
	Fruit cru		Fruit cru		Fruit cuit	Laitage

Code couleur :      > Légumes et fruits crus      > Légumes et fruits cuits      > Féculents      > Apports protidiques      > Produits laitiers

Légende :  
**Entrée protidique** : +50% des ingrédients de la recette sont des aliments protidiques (œuf, poisson, fromage, viande, charcuterie)  
**Entrée féculents (dont légumes secs)** : +50% des ingrédients de la recette sont des féculents (salade pdt, taboulé, crêpe au fromage, quiche, feuilleté, nem)  
**Crudités** : +50% des ingrédients de la recette sont des légumes crus      **Cuidités** : +50% des ingrédients de la recette sont des légumes cuits  
**Plat complet (légumes verts et féculents)** : Plat complet comprenant un portion de viande et/ou poisson. Ex : couscous, paëlla, choucroute, etc.  
**Fruit cru** : comprend les fruits crus, et les salades de fruits      **Fruit cuit** : comprend les compotes, fruits au sirop, fruits cuits au four, fruits pochés

**CYCLE ÉTÉ**  
**Semaine N° 2**

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
MIDI						
Entrée féculents	Cuidités	Crudités	Entrée féculents	Crudités	Cuidités	Entrée protidique
Porc	Poisson	Plat complet (légumes verts + féculents)	Boeuf, Veau, Agneau 1ère catégorie	Volaille	Porc	Volaille
Légumes verts Féculents	Légumes verts Féculents		Légumes verts Féculents	Légumes verts Féculents	Légumes verts Féculents	Légumes verts Féculents
Laitage	Fromage 2ème catégorie	Dessert lacté	Fromage 1ère catégorie		Fromage 3ème catégorie	Fromage 2ème catégorie
	Fruit cru		Fruit cuit	Pâtisserie/Dessert sucré	Fruit cru	Pâtisserie
SOIR						
Crudités	Potage	Cuidités	Cuidités	Entrée protidique	Crudités	Potage
Volaille	Préparation pâtissière	Porc	Complément protidique (féculents)	Poisson	Boeuf, Veau, Agneau 2ème catégorie	Porc
Légumes verts Féculents	Crudités	Légumes verts Féculents	Crudités	Légumes verts Féculents	Légumes verts Féculents	Légumes verts Féculents
Fromage 1ère catégorie	Dessert lacté avec féculents	Fromage 3ème catégorie	Laitage	Fromage 2ème catégorie	Dessert lacté	Laitage
Fruit cuit		Fruit cru		Fruit cru		Fruit cru

Code couleur :      > Légumes et fruits crus      > Légumes et fruits cuits      > Féculents      > Apports protidiques      > Produits laitiers

Légende :  
**Entrée protidique** : +50% des ingrédients de la recette sont des aliments protidiques (œuf, poisson, fromage, viande, charcuterie)  
**Entrée féculents (dont légumes secs)** : +50% des ingrédients de la recette sont des féculents (salade pdt, taboulé, crêpe au fromage, quiche, feuilleté, nem)  
**Crudités** : +50% des ingrédients de la recette sont des légumes crus      **Cuidités** : +50% des ingrédients de la recette sont des légumes cuits  
**Plat complet (légumes verts et féculents)** : Plat complet comprenant un portion de viande et/ou poisson. Ex : couscous, paëlla, choucroute, etc.  
**Fruit cru** : comprend les fruits crus, et les salades de fruits      **Fruit cuit** : comprend les compotes, fruits au sirop, fruits cuits au four, fruits pochés

**CYCLE ÉTÉ**  
**Semaine N° 3**

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
MIDI						
Cuidités	Crudités	Cuidités	Crudités	Cuidités	Entrée protidique	Crudités
Plat complet (légumes verts + féculents)	Porc	Volaille	Boeuf, Veau, Agneau 2ème catégorie	Abats / Charcuterie	Poisson	Boeuf, Veau, Agneau 1ère catégorie
	Légumes verts Féculents	Légumes verts Féculents	Légumes verts Féculents	Féculents	Légumes verts Féculents	Légumes verts Féculents
Fromage 2ème catégorie	Dessert lacté	Fromage 1ère catégorie	Laitage	Fromage 3ème catégorie	Dessert lacté	Fromage 2ème catégorie
Fruit cru		Pâtisserie/Dessert sucré		Fruit cru		Pâtisserie
SOIR						
Crudités	Entrée protidique	Crudités	Entrée féculents	Potage	Crudités	Cuidités
Complément protidique (légumes verts)	Œufs	Porc	Poisson	Préparation pâtissière	Volaille	Complément protidique (féculents)
Féculents	Légumes verts Féculents	Légumes verts Féculents	Légumes verts Féculents	Crudités	Légumes verts Féculents	Crudités
Laitage	Fromage 3ème catégorie	Dessert lacté	Laitage	Dessert lacté avec féculents	Fromage 1ère catégorie	Laitage
	Fruit cru		Fruit cuit		Fruit cuit	

Code couleur :      > Légumes et fruits crus      > Légumes et fruits cuits      > Féculents      > Apports protidiques      > Produits laitiers

Légende :  
**Entrée protidique** : +50% des ingrédients de la recette sont des aliments protidiques (œuf, poisson, fromage, viande, charcuterie)  
**Entrée féculents (dont légumes secs)** : +50% des ingrédients de la recette sont des féculents (salade pdt, taboulé, crêpe au fromage, quiche, feuilleté, nem  
**Crudités** : +50% des ingrédients de la recette sont des légumes crus      **Cuidités** : +50% des ingrédients de la recette sont des légumes cuits  
**Plat complet (légumes verts et féculents)** : Plat complet comprenant un portion de viande et/ou poisson. Ex : couscous, paëlla, choucroute, etc.  
**Fruit cru** : comprend les fruits crus, et les salades de fruits      **Fruit cuit** : comprend les compotes, fruits au sirop, fruits cuits au four, fruits pochés

**CYCLE ÉTÉ**  
**Semaine N° 4**

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
MIDI						
Crudités	Cuidités	Crudités	Entrée féculents	Crudités	Cuidités	Entrée protidique
Volaille	Plat complet (légumes verts + féculents)	Porc	Volaille	Poisson	Boeuf, Veau, Agneau 1ère catégorie	Plat complet (légumes verts + féculents)
Légumes verts Féculents		Légumes verts Féculents	Légumes verts Féculents	Légumes verts Féculents	Légumes verts Féculents	
Dessert Lacté	Fromage 1ère catégorie	Laitage	Fromage 3ème catégorie	Dessert lacté avec féculents	Fromage 2ème catégorie	Fromage 3ème catégorie
	Pâtisserie/Dessert sucré		Fruit cru		Fruit cru	Pâtisserie
SOIR						
Potage	Crudités	Cuidités	Crudités	Entrée protidique	Potage	Entrée féculents
Préparation pâtissière	Boeuf, Veau, Agneau 2ème catégorie	Poisson	Complément protidique (légumes verts)	Porc	Complément protidique (féculents)	Volaille
Crudités	Légumes verts Féculents	Légumes verts Féculents	Féculents	Légumes verts Féculents	Crudités	Légumes verts Féculents
Laitage	Laitage	Fromage 2ème catégorie	Dessert Lacté	Fromage 1ère catégorie	Laitage	Laitage
Fruit cuit		Fruit cru		Fruit cuit		Fruit cru

**Code couleur :**      > Légumes et fruits crus      > Légumes et fruits cuits      > Féculents      > Apports protidiques      > Produits laitiers

**Légende :**      **Entrée protidique** : +50% des ingrédients de la recette sont des aliments protidiques (œuf, poisson, fromage, viande, charcuterie)  
**Entrée féculents (dont légumes secs)** : +50% des ingrédients de la recette sont des féculents (salade pdt, taboulé, crêpe au fromage, quiche, feuilleté, nem  
**Crudités** : +50% des ingrédients de la recette sont des légumes crus      **Cuidités** : +50% des ingrédients de la recette sont des légumes cuits  
**Plat complet (légumes verts et féculents)** : Plat complet comprenant un portion de viande et/ou poisson. Ex : couscous, paëlla, choucroute, etc.  
**Fruit cru** : comprend les fruits crus, et les salades de fruits      **Fruit cuit** : comprend les compotes, fruits au sirop, fruits cuits au four, fruits pochés