

MENUS GOÛTERS PERIODE 2



Lundi

Mardi

Jeudi

Vendredi

**Du 03 au 07
Novembre**

Galette Bretonne
Jus de Pommes

Lait
Céréales

Bichoco
Fruit

Pain
Pâte à Tartiner

**Du 10 au 14
Novembre**

Pain au Lait
Barre de Chocolat

Cracotte
Confiture

Bichoco
Jus de Pommes

Pain
Beurre
Chocolat en Poudre

**Du 17 au 21
Novembre**

Lait
Céréales

Petit Beurre
Fruit

Barre Bretonne
Fruit

Pain
Barre de Chocolat

Les goûters sont élaborés par les élus du Conseil Municipal des Enfants de Montardon avec l'accompagnement d'un animateur du centre de loisirs dans le respect des recommandations du Plan National Nutrition Santé (PNNS) qui précise qu'un bon goûter est à élaborer selon l'âge et les besoins de l'enfant.

Choisir 1 ou 2 aliments parmi les groupes suivants : laitage, produit céréalier et fruit.

Le goûter n'a pas pour fonction de nourrir l'enfant mais d'apporter les glucides, protéines, vitamines, fibres et calcium nécessaires **pour garder son énergie en attendant l'heure du dîner.**



MENUS GOÛTERS PERIODE 2



Lundi

Mardi

Jeudi

Vendredi

**Du 24 au 28
Novembre**

Petit Beurre
Lait

Bichoco
Fruit

Pain de Mie
Sirop

Pain
Pâte à Tartiner

**Du 01 au 05
Décembre**

Pain au Lait
Fruit

Galette Bretonne
Sirop

Pain de Mie
Confiture

Pain
Beurre

**Du 08 au 12
Décembre**

Barre Bretonne
Jus de Pommes

Bichoco
Fruit

Lait
Céréales

Pain
Barre de Chocolat

**Du 15 au 19
Décembre**

Pain de Mie
Fromage

Petit Beurre
Fruit