



# Cité Scolaire Kerichen

Collège Kerichen - Lycées Kerichen - Lesven - Vauban

Service Autonome à Comptabilité Distincte

Un menu équilibré doit se composer d'un élément de chaque famille alimentaire, représentées en bas. Les codes couleurs sont reproduits dans le menu afin de vous aider à composer votre repas.

## Menu du 18 au 23 janvier 2010

Midi		Soir
<p>Crudités variées ou Rouleau de la mer ou Salade suisse ou Salade du thonier ou Salade Tex-Mex</p> <p><b>Saucisse de Toulouse</b> ou <b>Emincé de bœuf</b></p> <p>Purée et/ou <b>Carottes à l'estragon</b></p> <p>Yaourt aux fruits</p>	L u n d i  1 8	<p><b>Potage tomate-vermicelles</b> ou <b>Feuilleté de petits légumes</b> ou <b>Concombre à la moutarde</b></p> <p><b>Gratin provençal</b></p> <p><b>Poêlée méridionale</b></p> <p>Flan nappé caramel</p>
<p>N : Crudités variées ou Rillettes ou Rosette de Lyon ou Salade Lyonnaise ou Salade châtelaine</p> <p>S : Croisillon emmental ou Crêpe garnie</p> <p><b>Filet de poisson pané</b> ou <b>Filet de saumon sce roquefort</b></p> <p>Semoule et/ou <b>Légumes de couscous</b></p> <p>N : Beignet chocolat ou pomme ou Tartelette aux fruits</p> <p>S : Liégeois</p>	M a r d i  1 9	<p>Carottes râpées-1/2 œuf ou Salade angevine</p> <p><b>Escalope à la crème</b></p> <p>Coquillettes et/ou <b>Courgettes niçoise</b></p> <p>Crème dessert</p>
<p>Crudités variées ou Salade de chou indienne ou Salade de mâche aux lardons ou Coquillettes paysanne</p> <p><b>Emincé de volaille italienne</b> ou <b>Cassoulet</b></p> <p><b>Petits pois</b></p> <p>Barre glacée</p>	M e r c r e d i  2 0	<p><b>Velouté de carottes</b> ou <b>Salade bretonne</b> ou <b>Céleri rémoulade</b></p> <p><b>Emincé de porc dijonnaise</b></p> <p>Pommes de terre vapeur et/ou <b>Haricots verts</b></p> <p>Profiteroles au chocolat</p>
<p>N : Croisillon emmental ou Crêpe garnie</p> <p>S : Crudités variées ou Rillettes ou Rosette de Lyon ou Salade lyonnaise ou Salade châtelaine</p> <p><b>Steak hâché frais</b> ou <b>Demi-lune bolognaise</b></p> <p>Tortis et/ou <b>Maïs à la portugaise</b></p> <p>N : <b>Compote</b></p> <p>S : Biscuit</p>	J e u d i  2 1	<p><b>Potage parmentier</b> ou <b>Salade normande</b> ou <b>Salade aux noix</b></p> <p><b>Filet de merlu basilic</b></p> <p>Semoule et/ou <b>Endives braisées</b></p> <p>Fruit au choix</p>
<p>Crudités variées ou Salade auvergnate ou <b>Macédoine au thon</b> ou Taboulé ou Salade strasbourgeoise</p> <p><b>Poulet rôti</b> ou <b>Omelette</b></p> <p>Frites et/ou <b>Chou-fleur persillé</b></p> <p>N : Beignet chocolat ou pomme ou Tartelette aux fruits</p> <p>S : Liégeois</p>	V e n d r e d i  2 2	<p>Tomate-maïs ou Carottes râpées</p> <p><b>Tomate farcie</b></p> <p>Riz et/ou <b>Salade verte</b></p> <p>Yaourt à la grecque</p>
<p>Entrées diverses</p> <p><b>Pizza maison</b></p> <p>Salade verte</p> <p>Desserts variés</p> <p>Légume ou fruit cru</p> <p><b>Légume ou fruit cuit</b></p> <p>Féculent</p> <p><b>Plat protidique</b></p>	S a m e d i  2 3	<p><b>A tous les repas</b></p> <p>Pamplemousse</p> <p>Salade verte</p> <p>Yaourt, Fromage, Pomme</p>



Le Médecin      Le Gestionnaire      Le Proviseur  
E. Espérandieu      J.-M. Piton      P. Johannel  
J. Ferrec

