



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>Saucisse de Toulouse ou Emincé de bœuf</p> <p>Purée et/ou Carottes à l'estragon</p> <p>Yaourt aux fruits</p>	L u n d i 1 8	<p>Potage tomate-vermicelles ou Feuilleté de petits légumes ou Concombre à la moutarde</p> <p>Gratin provençal</p> <p>Poêlée méridionale</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>Filet de poisson pané ou Filet de saumon sce roquefort</p> <p>Semoule et/ou Légumes de couscous</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>Escalope à la crème</p> <p>Coquillettes et/ou Courgettes niçoise</p> <p>Crème dessert</p>
<p>Crudités variées ou Salade de chou indienne ou Salade de mâche aux lardons ou Coquillettes paysanne</p> <p>Emincé de volaille italienne ou Cassoulet</p> <p>Petits pois</p> <p>Barre glacée</p>	M e r c r e d i 2 0	<p>Velouté de carottes ou Salade bretonne ou Céleri rémoulade</p> <p>Emincé de porc dijonnaise</p> <p>Pommes de terre vapeur et/ou Haricots verts</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>Steak hâché frais ou Demi-lune bolognaise</p> <p>Tortis et/ou Maïs à la portugaise</p> <p>N : Compote</p> <p>S : Biscuit</p>	J e u d i 2 1	<p>Potage parmentier ou Salade normande ou Salade aux noix</p> <p>Filet de merlu basilic</p> <p>Semoule et/ou Endives braisées</p> <p>Fruit au choix</p>
<p>Crudités variées ou Salade auvergnate ou Macédoine au thon ou Taboulé ou Salade strasbourgeoise</p> <p>Poulet rôti ou Omelette</p> <p>Frites et/ou Chou-fleur persillé</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>Tomate farcie</p> <p>Riz et/ou Salade verte</p> <p>Yaourt à la grecque</p>
<p>Entrées diverses</p> <p>Pizza maison</p> <p>Salade verte</p> <p>Desserts variés</p> <p>Légume ou fruit cru</p> <p>Légume ou fruit cuit</p> <p>Féculent</p> <p>Plat protidique</p>	S a m e d i 2 3	<p>A tous les repas</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

