

SERVICE DE RESTAURATION DE LA CITÉ DE KERICHEN



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 10 au 15 mars 2008

| Midi   |   | Soir  |
|--|---|---|
| Crudités variées ou Rouleau de la mer ou Salade suisse ou Salade du thonier<br><b>Chili con carne</b> ou <b>Rougail saucisse</b><br>Riz et/ou <b>Poêlée méridionale</b><br>Crème dessert   | L<br>u<br>n<br>d<br>i<br><br>1<br>0                     | <b>Potage tomate vermicelles</b> ou Tomate sauce boubba ou Concombre à la moutarde<br><b>Escalope de porc</b><br>Farm frites et/ou <b>Haricots verts</b><br>Fruit au choix  |
| N : Crudités variées ou Rillettes ou Rosette de Lyon ou Mousse de canard<br>S : Friand savoyard ou Crêpe ou Crudités variées<br><b>Poisson pané</b> ou <b>Filet de saumon</b><br>Semoule et/ou <b>Légumes couscous</b><br>N : Beignet chocolat/pommes ou Tartelette<br>S : Glace bio | M<br>a<br>r<br>d<br>i<br><br>1<br>1                     | <b>Potage Julienne D'Arbley</b> ou Carottes râpées-1/2 œuf ou Salade angevine<br><b>Lasagnes</b><br>Fromage blanc   |
| Crudités variées ou Salade de choux indien ou Salade de mâche aux lardons ou Salade coquillettes paysanne<br><b>Emincé de volaille italienne</b> ou <b>Jambon fumé</b><br><b>Petits pois</b> et/ou <b>Poêlée espagnole</b><br>Mousse au chocolat                                     | M<br>e<br>r<br>c<br>r<br>e<br>d<br>i<br><br>1<br>2<br>5 | <b>Velouté de carottes</b> ou Salade bretonne ou Céleri rémoulade<br><b>Sauté de porc aux pruneaux</b><br>Riz et/ou <b>Julienne de légumes</b><br>Profiterolles au chocolat |
| N : Friand savoyard ou Crêpe ou Crudités variées<br>S : Crudités variées ou Rillettes ou Rosette de Lyon ou Mousse de canard<br><b>Steak hâché</b> ou <b>Cordon bleu</b><br>Tortis et/ou <b>Mais à la portugaise</b><br>Yaourt aux fruits ou Yaourt bio                              | J<br>e<br>u<br>d<br>i<br><br>1<br>3                     | <b>Potage parmentier</b> ou Salade normande ou Salade aux noix<br><b>Filet de merlu</b><br>Semoule et/ou <b>Poêlée méridionale</b><br><b>Compote</b>                        |
| Crudités variées ou Salade auvergnate ou <b>Macédoine au thon</b> ou Taboulé<br><b>Sauté d'agneau</b> ou <b>Cervelas obernois</b><br>Pommes de terre lamelles ou <b>Chou-fleur</b><br>N : Glace bio<br>S : Beignet chocolat/Pommes ou Tartelette                                     | V<br>e<br>n<br>d<br>r<br>e<br>d<br>i<br><br>1<br>4      | Tomato-Mais ou Carottes râpées<br><b>Pizza</b><br>Salade verte<br>Riz au lait   |
| Entrées variées<br><b>Escalope de dinde</b><br>Purée<br>Desserts variées   | S<br>a<br>m<br>e<br>d<br>i<br><br>1<br>5                | <b>Tous les repas</b><br>Pamplemousse<br>Salade verte<br>Yaourt, fromage, pomme   |

Légume ou fruit cru  
 Légume ou fruit cuit  
 Féculent  
 Plat protéique  
 Produit laitier



Le médecin      Le gestionnaire      Le Proviseur  
 E. Espérandieu      J.-M. Piton      P. Johannel  
 D. Ferrec