



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 15 au 20 mars 2010

Midi		Soir
<p>Crudités variées ou Taboulé ou Avocat ou Salade angevine ou Pâté en croûte ou Salade auvergnate ou Salade hongroise ou Salade aux noix</p> <p>Emincé de bœuf à l'oseille ou Merguez Frites et/ou Haricots verts à l'espagnole</p> <p>N : Gâteau au chocolat ou Chou chantilly S : Yaourt aux fruits</p>	L u n d i 1 5	<p>Salade de pâtes ou Tomates ou Chou-fleur ou Jambon</p> <p>Brochette de volaille andalouse Semoule et/ou Poêlée méridionale</p> <p>Fruit au choix ou Crème au citron</p>
<p>Crudités variées ou Crevettes mayonnaise ou Salade plouviennaise ou Salade de mâche au bleu</p> <p>Escalope à la crème ou Palet fromager Tortis et/ou Trio de légumes</p> <p>N : Yaourt aux fruits S : Gâteau au chocolat ou Chou chantilly</p>	M a r d i 1 6	<p>Salade Piémontaise ou Tomate sauce boulba</p> <p>Filet de poisson pané ou Colin sauce Suchet Riz et/ou Champignons sautés</p> <p>Crème dessert</p>
<p>Crudités variées ou Macédoine surimi ou Mousse de canard ou Betterave rouge crue ou Coquille de poisson mayonnaise</p> <p>Sauté d'agneau londonien ou Boulettes d'agneau Semoule et/ou Courgettes cuisinées</p> <p>Glace bio</p>	M e r c r e d i 1 7	<p>Carottes râpées ou Chou blanc massala</p> <p>Endive au jambon ou Jambon au porto Coquillettes ou Gratin de chou-fleur</p> <p>Cocktail de fruits</p>
<p>N : Feuilleté hot-dog ou Tartelette au thon S : Crudités variées ou Salade de coquillettes au basilic ou Œuf mayonnaise</p> <p>Nuggets de poisson ou Steak de thon à la catalane Riz et/ou Epinards à la crème</p> <p>Liégeois</p>	J e u d i 1 8	<p>Salade suisse ou Rouleau de la mer</p> <p>Filet de dinde braisé Petits-pois cuisinés</p> <p>Biscuit</p>
<p>N : Crudités variées ou Taboulé ou Œuf mayonnaise S : Feuilleté hot-dog ou Tartelette au thon</p> <p>Côte de porc orientale ou Andouillette Purée et/ou Carottes vapeur</p> <p>Fromage blanc</p>	V e n d r e d i 1 9	<p>Pâté de foie ou Salade de riz au jambon</p> <p>Cheese-burger maison Savoury potatoes et/ou Tomate provençale</p> <p>Rocher au chocolat</p>
<p>Entrées diverses</p> <p>Colombo de dinde Spaghetti</p> <p>Desserts variés</p>	S a m e d i 2 0	<p>A tous les repas Pamplemousse</p> <p>Salade verte</p> <p>Yaourt, Fromage, Pomme</p>

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
J. Ferrec