



# 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 29 mars au 3 avril 2010

Midi		Soir
Crudités variées ou Œuf mayonnaise ou Pâté de foie ou Salade de pommes de terre ou Salade de mâche aux lardons  <b>Bœuf Strogonoff</b> ou <b>Brochette de dinde</b> Semoule et/ou <b>Trio de légumes</b>  Fromage blanc	L u n d i  2 9	Salade auvergnate ou Tomates  <b>Quiche aux poireaux et lardons</b> Salade composée  <b>Compote</b>
N : Feuilleté napolitain ou Tartelette au jambon S : Crudités variées ou Taboulé ou Salade aux noix ou Salade de chou  <b>Spaghetti bolognaise</b> ou <b>Spaghetti carbonara</b> <b>Poêlée méridionale</b>  N : Liégeois S : Eclair chocolat ou café ou Tartelette aux pommes	M a r d i  3 0	Salade de riz au thon ou Cœur de palmier  <b>Blanquette de volaille</b> Blé cuisiné et/ou <b>Courgettes</b>  Fruit au choix
Crudités variées ou <b>Macédoine-surimi</b> ou Mousse de canard ou Concombre à la moutarde ou Salade angevine  <b>Filet de poisson pané</b> ou <b>Poisson frais du jour sauce bretonne</b> Pommes de terre vapeur et/ou <b>Crumble de légumes</b>  Barre glacée	M e r c r e d i  3 1	Salade Venise ou <b>Betteraves rouges-maïs</b>  <b>Saucisse de Toulouse</b> Lentilles et/ou <b>Haricots beurre</b>  Poirier maison
N : Crudités variées ou Salade de coquillettes au basilic ou Œuf sauce crème ou Salade plouviennaise ou Rouleau de surimi S : Feuilleté napolitain ou Tartelette au jambon  <b>Knacki</b> ou <b>Rôti de porc</b> Frites et/ou <b>Carottes cuisinées</b>  N : Eclair chocolat ou café ou Tartelette aux pommes S : Liégeois	J e u d i  0 1	Céleri rémoulade ou Salade bretonne  <b>Filet de merlu sauce cantadou</b> Penne rigate et/ou <b>Champignons sautés</b>  Yaourt aux fruits
Crudités variées ou Salade piémontaise ou Tomate sauce boulba ou Taboulé  <b>Emincé de dinde au gingembre</b> ou <b>Nems aux 5 parfums</b> Riz et/ou <b>Poêlée asiatique</b>  Mousse au chocolat	V e n d r e d i  0 2	Salade bressane ou Avocat vinaigrette  <b>Sauté de bœuf</b> <b>Petits-pois cuisinés</b>  Desserts variés
Entrées diverses  <b>Jambon braisé sauce porto</b> Purée et /ou <b>Tomate provençale</b>  Desserts variés	S a m e d i  0 3	<b>A tous les repas</b> Pamplemousse  Salade verte  Yaourt, Fromage, Pomme

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



Le Médecin  
E. Espérandieu  
J. Ferrec

Le Gestionnaire  
J.-M. Piton

Le Proviseur  
P. Johannel