



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 10 au 15 mai 2010

Midi		Soir
<p>Crudités variées ou Rouleau de la mer ou Salade de tomates ou Assiette de saumon ou Salade piémontaise ou Jambon blanc ou Melon</p> <p>Nuggets de poisson ou Filet de merlu sauce citron Riz et/ou Crumble de légumes</p> <p>Fromage blanc</p>	L u n d i 1 0	<p>Asperges sauce crème ou Chou-fleur polonaise</p> <p>Steak haché sauce poivre vert Pommes de terre à la ciboulette et/ou Haricots verts</p> <p>Fruit au choix</p>
<p>N : Quiche lorraine ou Friand au fromage S : Crudités variées ou Salade souricière ou Melon ou Rillettes ou Rosette de Lyon ou Salade de riz au thon</p> <p>Brochette de volaille ou Sauté de canard à l'ananas Penne et/ou Poêlée méridionale</p> <p>N : Crème dessert S : Doony's ou Pommé maison ou Cocktail de fruits</p>	M a r d i 1 1	<p>Cervelas sauce gribiche ou Salade côte ouest</p> <p>Emincé de porc forestier Semoule et/ou Julienne de légumes</p> <p>Compote</p>
<p>Crudités variées ou Salade bretonne ou Taboulé jambon ou Pastèque</p> <p>Palet fromager ou Côte de porc Frites et/ou Chou-fleur persillé</p> <p>Yaourt aux fruits</p>	M e r c r e d i 1 2	<p>Salade alsacienne ou Céleri rémoulade</p> <p>Croque-monsieur au thon Salade verte</p> <p>Fondant au chocolat</p>
<u>FERIE - ASCENSION</u>		
<p>Melon ou Jambon de Bayonne</p> <p>Confit de canard Gratin dauphinois et/ou Tomate provençale</p> <p>Fraises au sucre</p>	J e u d i 1 3	<p>Salade strasbourgeoise ou Salade aux noix</p> <p>Tagliatelle carbonara Tagliatelle et/ou Carottes</p> <p>Yaourt à la grecque</p>
<p>Crudités variées ou Salade auvergnate ou Macédoine au thon ou Taboulé ou Salade thaïlandaise ou Salade de pâtes</p> <p>Blanquette de veau ou Rôti de bœuf Pommes de terre vapeur et/ou Courgettes vapeur</p> <p>Barre glacée</p>	V e n d r e d i 1 4	<p>Tomates-maïs ou Carottes râpées</p> <p>Escalope basquaise Riz et/ou Salsifis</p> <p>Banane chocolat</p>
<p>Entrées diverses</p> <p>Fricassée de volaille Tortis</p> <p>Desserts variés</p>	S a m e d i 1 5	<p style="text-align: center;"><u>A tous les repas</u></p> <p style="text-align: center;">Pamplemousse</p> <p style="text-align: center;">Salade verte</p> <p style="text-align: center;">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