



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 12 au 17 septembre 2011

Midi		Soir
<p>Crudités variées ou Salade de mâche au bleu ou Salade aux noix ou Rouleau de la mer ou Melon ou Thon fumé</p> <p>Andouillette ou Cheeseburger Frites et/ou Chou-fleur à la hongroise</p> <p>Crème dessert vanille ou caramel</p>	L u n d i 1 2	<p>Betterave rouge-œuf-mais ou Salade camarguaise</p> <p>Jarret de porc sauce tomate Semoule de sarrazin et/ou Julienne de légumes</p> <p>Abricots ou Nectarine</p>
<p>N : Flammecküche ou Croisillon emmental S : Crudités variées ou Mousse de canard ou Salade bretonne ou Crevettes ou Œuf mayonnaise ou Salade de riz-lentilles</p> <p>Aile de raie sauce estragon ou Filet de poisson pané Tortis et/ou Maïs à la portugaise</p> <p>Barre glacée</p>	M a r d i 1 3	<p>Salade suisse ou Salade du thonier</p> <p>Emincé de dinde au curry Riz et/ou Poêlée méridionale</p> <p>Biscuits</p>
<p>Crudités variées ou Salade fraîcheur surimi ou Macédoine de légumes ou Concombre à la moutarde</p> <p>Hachis parmentier ou Sauté de porc Purée et/ou Choux de Bruxelles</p> <p>Fromage blanc sucré ou Fromage blanc aux fruits</p>	M e r c r e d i 1 4	<p>Tomate-céleri ou Rosette de Lyon</p> <p>Poulet aux herbes Petits pois et/ou Carottes</p> <p>Liégeois vanille ou chocolat</p>
<p>N : Crudités variées ou Mousse de canard ou Salade bretonne ou Crevettes ou Œuf mayonnaise ou Salade de sarrazin S : Flammecküche ou Croisillon emmental</p> <p>Rougail saucisse ou Escalope viennoise Riz et/ou Julienne de légumes</p> <p>N : Eclair café ou chocolat ou Amandine à la poire S : Mousse au chocolat</p>	J e u d i 1 5	<p>Carottes râpées au gruyère ou Asperges vinaigrette</p> <p>Steak haché sauce basilic Coquillettes et/ou Légumes verts</p> <p>Compote artisanale</p>
<p>Crudités variées ou Salade oguerine ou Cervelas vinaigrette ou Salade Tex-Mex ou Betterave-rouge-1/2 œuf</p> <p>Sauté d'agneau à la londonienne ou Emincé de porc aux épices Semoule et/ou Tomate provençale</p> <p>N : Mousse au chocolat S : Eclair café ou chocolat ou Amandine à la poire</p>	V e n d r e d i 1 6	<p>Salade angevine ou Avocat sauce cocktail</p> <p>Jambon roulé à l'épinard Pommes lamelles et/ou Salade verte</p> <p>Yaourt à la grecque</p>
<p>Entrées variées</p> <p>Gratin à la provençale Salade verte</p> <p>Dessert au choix</p>	S a m e d i 1 7	<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 E. Espérandieu
La Gestionnaire C. Montagnon
Le Proviseur P. Johannel
A. Rolland