



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 14 au 19 septembre 2009

| Midi | | Soir |
|--|--|---|
| <p>N : Croisillon emmental ou Coquille de poisson et Saint Jacques</p> <p>S : Crudités variées ou Avocat ou Taboulé ou Chou blanc corinthienne ou Chou rouge-maïs</p> <p>Bœuf bourguignon ou Palet fromager</p> <p>Coquillettes et/ou Courgettes vapeur</p> <p>Yaourt aux fruits ou Yaourt bio ou Nectarine</p> | L u n d i 1 4 | <p>Mousse de canard ou Tomates</p> <p>Nems</p> <p>Riz et/ou Carottes au curry</p> <p>Crêpe au chocolat</p> |
| <p>N : Crudités variées ou Avocat ou Taboulé ou Chou blanc corinthienne ou Chou rouge-maïs</p> <p>S : Croisillon emmental ou Coquille de poisson et Saint Jacques</p> <p>Grignottes de poulet ou Confit de canard</p> <p>Frites et/ou Haricots verts au fenouil</p> <p>Crème dessert vanille/caramel ou Reine-Claude</p> | M a r d i 1 5 | <p>Salade californienne ou Salade normande</p> <p>Tajine d'agneau</p> <p>Semoule et/ou Brocolis</p> <p>Raisin ou Fruit au choix</p> |
| <p>Crudités variées ou Salade Tex-Mex ou Macédoine mayonnaise ou Salade de coquillettes au basilic</p> <p>Jarret de porc ou Saucisse de Toulouse</p> <p>Pommes de terre boulangère et/ou Choux de Bruxelles</p> <p>Fromage blanc ou Nectarine</p> | M e r c r e d i 1 6 | <p>Salade niçoise ou Carottes rémoulade</p> <p>Croque-Monsieur</p> <p>Salade verte</p> <p>Pommé maison</p> |
| <p>Crudités variées ou Melon ou Salade bretonne ou Salade hongroise</p> <p>Emincé de dinde méditerranéen ou Boulettes de bœuf</p> <p>Semoule et/ou Poêlée campagnarde</p> <p>N : Doony's ou Flan pâtissier</p> <p>S : Barre glacée</p> | J e u d i 1 7 | <p>Melon ou Céleri rémoulade</p> <p>Nuggets de poisson</p> <p>Savory potatoes et/ou Tomates provençale</p> <p>Liégeois</p> |
| <p>Crudités variées ou Salade Fraîcheur surimi ou Tomate-Gruyère ou Salade de pommes de terre</p> <p>Filet de poisson pané ou Poisson du jour</p> <p>Riz et/ou Ratatouille</p> <p>N : Barre glacée</p> <p>S : Doony's ou Flan pâtissier</p> | V e n d r e d i 1 8 | <p>Tomate antiboise ou Carottes 1/2 œuf</p> <p>Capellettis</p> <p>Crème dorée</p> |
| <p>Entrées diverses</p> <p>Emincé de porc</p> <p>Farfalle</p> <p>Desserts variés</p> | S a m e d i 1 9 | |

Légume ou fruit cru
Légume ou fruit cuit
Féculent
Plat protidique



Le Médecin E. Espérandieu
Le Gestionnaire J.-M. Piton
Le Proviseur P. Johannel
D. Ferrec

Produit laitier

Produit laitier