



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 19 octobre au 24 octobre 2009

Midi		Soir
<p>N : Croisillon emmental ou Coquille de poisson et St Jacques</p> <p>S : Crudités variées ou Avocat ou Taboulé ou Cervelas sauce gribiche ou Macédoine surimi ou Tomate maïs</p> <p>Bœuf bourguignon ou Palet fromager</p> <p>Coquillettes et/ou Courgettes vapeur</p> <p>Crêpe au chocolat</p>	<p>L u n d i</p> <p>1 9</p>	<p>Mousse de canard ou Tomates</p> <p>Nems</p> <p>Riz et/ou Poêlée asiatique</p> <p>Fruit au choix</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 St Jacques</p> <p>Grignotes de poulet ou Rôti de bœuf</p> <p>Frites et/ou Haricots verts panachés</p> <p>Yaourt Velouté Fruix</p>	<p>M a r d i</p> <p>2 0</p>	<p>Salade californienne ou Salade normande</p> <p>Tajine d'agneau</p> <p>Semoule et/ou Brocolis</p> <p>Fromage blanc</p>
<p>Crudités variées ou Salade Tex-Mex ou Macédoine mayonnaise ou Salade de coquillettes au basilic</p> <p>Côte de porc ou Saucisse de Toulouse</p> <p>Gratin dauphinois et/ou Lentilles et/ou Choux de Bruxelles</p> <p>Liégeois</p>	<p>M e r c r e d i</p> <p>2 1</p>	<p>Salade niçoise ou Carottes rémoulade</p> <p>Capellettis</p> <p>Salade verte</p> <p>Tarte bourdalou ou Fruit</p>
<p>Crudités variées ou Andouille 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>	<p>J e u d i</p> <p>2 2</p>	<p>Céleri rémoulade ou Salade Venise</p> <p>Merguez</p> <p>Frites et/ou Trio de légumes</p> <p>Compote</p>
<p>Crudités variées ou Salade fraîcheur surimi ou Tomate-gruyère ou Salade de pommes de terre ou Chou blanc corinthienne</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>	<p>V e n d r e d i</p> <p>2 3</p>	<p>Tomate antiboise ou Carottes 1/2 oeuf</p> <p>Steak haché</p> <p>Purée et/ou Tomate provençale</p> <p>Desserts variés</p>
	<p>S a m e d i</p> <p>2 4</p>	

Légume ou fruit cru
Légume ou fruit cuit
Féculent
Plat protidique



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

