



# 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 30 novembre au 05 décembre 2009

Midi		Soir
<p>N : Croisillon emmental ou Coquille de poisson S : Crudités variées ou Avocat ou Taboulé ou Cervelas sauce gribiche ou Macédoine surimi ou Tomate-maïs</p> <p><b>Bœuf bourguignon</b> ou <b>Boulettes de bœuf</b> Coquillettes et/ou <b>Gratin de chou-fleur</b></p> <p>Crème dessert</p>	L u n d i  3 0	<p><b>Potage de légumes frais</b> ou <b>Mousse de canard</b> ou Tomates</p> <p><b>Paëlla de la mer</b> <b>Poêlée d'endives</b></p> <p>Fruit au choix</p>
<p>N : Crudités variées ou Avocat ou Taboulé ou Chou blanc corinthienne ou Chou rouge-maïs S : Croisillon emmental ou Coquille de poisson</p> <p><b>Sauté de canard</b> ou <b>Chipolatas</b> Frites et/ou <b>Haricots verts au fenouil</b></p> <p>Mousse au chocolat</p>	M a r d i  1	<p>Salade californienne ou Salade antillaise</p> <p><b>Tajine d'agneau</b> Semoule et/ou <b>Brocolis</b></p> <p>Crêpe au chocolat</p>
<p>Crudités variées ou Salade tex-mex ou Macédoine mayonnaise ou Salade de chou-fleur polonaise</p> <p><b>Rôti de porc</b> ou <b>Tartiflette</b> Pommes de terre vapeur ou <b>Carottes vapeur</b></p> <p>Fromage blanc</p>	M e r c r e d i  2	<p><b>Potage Julienne d'Arblay</b> ou Salade niçoise ou Carottes rémoulade</p> <p><b>Capellettis</b> Salade verte</p> <p>Tarte bourdalou</p>
<p>Crudités variées ou Andouille ou Salade bretonne ou Salade hongroise</p> <p><b>Emincé de dinde au curry</b> ou <b>Brochette de volaille</b> Semoule ou <b>Poêlée campagnarde</b></p> <p>N : Doony's ou Flan pâtissier S : Biscuit ou Clémentines</p>	J e u d i  3	<p>Céleri rémoulade ou Salade Venise</p> <p><b>Grignotes de poulet</b> Savoury potatoes ou <b>Tomate provençale</b></p> <p>Crème brûlée</p>
<p>Crudités variées ou Salade fraîcheur surimi ou Tomate-Gruyère ou Salade de pommes de terre ou Chou blanc corinthienne</p> <p><b>Filet de poisson pané</b> ou <b>Calamars au cidre</b> Riz et/ou <b>Courgettes vapeur</b></p> <p>N : Biscuit ou Clémentines S : Doony's ou Flan pâtissier</p>	V e n d r e d i  4	<p>Tomate antiboise ou Carottes-1/2 œuf</p> <p><b>Pizza chorizo</b> <b>Légumes verts</b></p> <p>Yaourt à la grecque</p>
<p>Entrées diverses</p> <p><b>Escalope à la crème</b> Penne rigate</p> <p>Desserts variés</p>	S a m e d i  5	<p><b>A tous les repas</b> Pamplemousse</p> <p>Salade verte</p> <p>Yaourt, Fromage, Pomme</p>

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



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