Cité scolaire de Kerichen

Lycées La Pérouse-Kerichen, Lesven, Vauban

Services Communs

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. A tous les repas se rajoutent : Pamplemousse, Salade verte, Yaourt, Yaourt au lait de brebis, Dessert soja, Fromage, Fruits de saison.
Le dessert affiché est le dessert du jour.

Menu du 11 au 15 novembre 2019

Midi		Soir
11 NOVEMBRE - FÉRIÉ		
Tartelette parisienne maison ou Croisillon emmental ou Crudités variées ou Salade grecque ou Taboulé **Escalope viennoise ou Calamars au chorizo** Riz et/ou **Poêlée forestière** **Compote**	Mardi 12	**Potage tomate vermicelles** ou Salade aux noix ou Cervelas sauce gribiche **Pâtes carbonara** **Trio de légumes** et/ou Salade verte Yaourt aromatisé BIO
Crudités variées ou Salade fraîcheur surimi ou Chou corinthien ou Avocat vinaigrette ou Salade de riz **Haut de cuisse de poulet ou Carbonade de bœuf ou Filet de merlu Waterzoï** Blé aux épices et/ou **Poêlée méridionale** Liégeois	Mercredi 13	Carottes râpées ou **Macédoine** **Emincé de dinde Kebab** Frites et/ou **Haricots verts** Madeleine
Crudités variées ou Pâté de foie ou Pâté en croûte ou Salade de penne au thon ou Salade huancahina **Boulettes de boeuf ou Sauté de porc à la mexicaine** Semoule et/ou **Poêlée asiatique** Tarte aux poires ou à la noix de coco ou Chou à la crème maison	Jeudi 14	**Potage butternut maison** ou Chou blanc massala ou Salade bretonne **Risotto indien** Carottes cuisinées Fromage blanc sucré ou aux fruits
Crudités variées ou Salade normande ou Rouleau de la mer Taboulé tunisien ou **Betteraves rouges** ou Salade montagnarde **Saucisse de Toulouse ou Boudin aux fruits secs ou Boeuf aux carottes** Purée et/ou **Haricots blancs** et/ou **Brocolis** Crème dessert BIO	Vendredi 15	Concombre ou Œuf mimosa au surimi **Tarte au thon maison** **Légumes verts** et/ou Salade verte Desserts variés

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

la moitié en fruits & légumes

La Gestionnaire adjointe
Delphine Treboisnel

Le Proviseur
Olivier Champeau