

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 2 au 6 novembre 2020

Midi		Soir
Feuilleté hot dog ou Tartelette au thon maison ou Crudités variées ou Taboulé ou <b>Betterave rouge-maïs</b>	L	Salade martiniquaise
Filet de poisson pané ou Filet de merlu	n d	Rôti de porc
Riz BIO et/ou <b>Trio de légumes</b>	i 2	Semoule et/ou <b>Légumes tajine</b>
Compote		Coupe glacée
Crudités variées ou Salade de riz ou <b>Asperges sauce blanche</b> ou Chou corinthien ou Salade de penne au saumon	Ma	Pâté en croûte ou Rosette de Lyon ou Concombre vinaigrette
Merguez ou Steak haché ou Boulettes sarrasin	r d	Omelette
Frites et/ou Haricots verts au fenouil	3	Pâtes et/ou <b>Poêlée méridionale</b>
Yaourt aromatisé BIO		lle flottante
Crudités variées ou Salade au bleu et à la poire ou Salade été d'endives ou Salade bretonne ou <b>Champignons à la</b> <b>grecque maison</b>	M e r c	Salade aux noix ou Œuf mayonnaise
Escalope viennoise ou Sauté de porc ou Colin meunière	r e d	Chili con carne bolognaise
Semoule et Légumes couscous	i 4	Riz et/ou Carottes vapeur
Mousse au chocolat		Fromage blanc nature sucré ou aux fruits
Crudités variées ou Rouleau de la mer ou Poisson fumé ou Taboulé ou Salade de chèvre ou Salade gauloise	J e U	Carottes râpées ou <b>Betteraves rouges</b>
Emincé de dinde Kebab à la crème ou Boulettes de bœuf	d i	Chipolatas ou Steak de soja à l'antillaise
Coquillettes et/ou Courgettes cuisinées	5	Purée et/ou <b>Brocolis</b>
Eclair vanille ou chocolat ou Muffin maison		Yaourt aux fruits BIO
Crudités variées ou Salade de riz ou Cervelas vinaigrette ou Salade landaise ou <b>Chou-fleur à la polonaise</b>	V e n	Avocat vinaigrette ou Salade bretonne
Blanquette de poisson ou Grignotes de poulet	d r e	Macaroni sauce napolitaine
Pommes de terre au four et/ou Poêlée forestière	d i	Salade verte
Madeleine	6	Desserts variés
Pour votre information · viande française 'Lahel Rouge' (nou	lot f	formier dinde perc jambent bout français 'Pace à viande'

<u>Pour votre information</u>: viande française 'Label Rouge' (poulet fermier, dinde, porc, jambon), bœuf français 'Race à viande', charcuterie, lardons, boudin, porc et lapin: BBC 'Bleu Blanc Cœur', saucisse et chipolata sans colorant et locales (Pouldreuzic 29), filet de merlu MSC (issu de la pêche durable), saumon sauvage, féculents et légumes secs BIO, carottes BIO, oeufs BIO, camembert BIO, yaourts local BIO et pain local BIO tous les jours....

Légume ou fruit cru
Légume ou fruit cuit
Féculent
Plat protidique

**Produit laitier** 



La Gestionnaire adjointe Delphine Treboisnel Le Proviseur Olivier Champeau