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, Fromage, Pomme.
Le dessert affiché est le dessert du jour.

Menu du 2 au 6 décembre 2019

Midi		Soir
Crudités variées ou Salade du thonier ou Cervelas vinaigrette ou Hareng-pommes de terre ou Rouleau de la mer ou Taboulé ou Salade martiniquaise **Cordon bleu ou Emincé de bœuf au paprika** Coquillettes et/ou **Chou-fleur persillé** Yaourt aux fruits BIO	Lundi 2	**Betterave rouge-œuf-maïs** ou Salade de tomates **Emincé de porc au curry** Pommes de terre sautées et/ou **Haricots verts** Cône glacé
Crudités variées ou Pâté en croûte ou Salade Coleslaw ou Salade bretonne ou Œuf mayonnaise **Rôti de dinde ou Navarin printanier ou Boulettes sarrasin-lentilles** Semoule et/ou **Poêlée campagnarde** Doony's ou Tartelette aux noix maison	Mardi 3	Salade suisse ou Salade de coquillettes **Filet de poisson pané** Riz créole et/ou **Courgettes cuisinées** Yaourt aromatisé BIO
Crudités variées ou Salade fraîcheur surimi ou Salade angevine ou Salade piémontaise ou Salade antillaise ou Salade de quinoa **Poulet rôti ou Tartiflette** Pommes de terre grenaille et/ou **Brocolis** Gaufre	Mercredi 4	Pâté de foie, de campagne ou rillettes ou **Macédoine** **Pâtes sauce napolitaine (sauce végétarienne)** **Trio de légumes** et/ou Salade verte Mousse au chocolat
Coquille de poisson maison ou Croisillon emmental ou Crudités variées ou Taboulé ou Salade de chou **Saucisse de Francfort ou Hachis parmentier** Purée et/ou **Carottes cuisinées** Liégeois	Jeudi 5	Œufs mayonnaise ou Salade de printemps **Merguez sauce orientale** Semoule et/ou **Ratatouille** Far aux pruneaux ou aux pommes maison
Crudités variées ou Salade aux noix ou Rouleau de la mer ou **Macédoine** ou Salade Huancahina ou Maquereau à la moutarde ou Salade de coquillettes au basilic ou Sardines à la tomate **Filet de merlu au chou ou Menu fromage ou Rougail saucisse** Riz créole et/ou **Poêlée méridionale** Fromage blanc nature sucré ou aux fruits	Vendredi 6	**Betteraves rouges** ou Concombre au fromage blanc **Omelette** Frites et/ou **Légumes verts** Desserts variés

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

La Gestionnaire
D. Treboisnel

Le Proviseur
O. Champeau