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 13 au 17 janvier 2020

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 gratiné** Liégeois aux fruits	Lundi 13	**Betterave rouge-œuf-maïs** ou Concombre au fromage blanc **Emincé de porc au curry** Pommes de terre sautées et/ou **Haricots verts** Amandine
Crudités variées ou Pâté en croûte ou Salade Coleslaw ou Salade bretonne ou Œuf mayonnaise ou Salade grecque **Rôti de dinde ou Navarin printanier ou Boulettes sarrasin-lentilles** Semoule et/ou **Poêlée forestière** Doony's ou Tartelette aux myrtilles	Mardi 14	Salade suisse ou Salade de coquillettes **Blanquette de volaille** Riz créole et/ou **Courgettes cuisinées** Fomage blanc nature sucré ou aux fruits
Crudités variées ou Salade fraîcheur surimi ou Salade angevine ou Salade piémontaise ou Salade antillaise **Poulet rôti ou Choucroute océane** Pommes de terre grenaille et/ou **Brocolis** Ile flottante ou Œufs au lait	Mercredi 15	Concombre au fromage blanc ou **Macédoine au thon** **Boulettes de bœuf** Semoule et/ou **Ratatouille** et/ou Salade verte Yaourt BIO aux fruits
Quiche saumon-brocolis maison ou Croisillon emmental ou Crudités variées ou Taboulé ou Salade de chou **Steak boulgour lentilles ou Menu fromage ou Chili con carne bolognaise** Riz créole et/ou **Poêlée méridionale** Barre glacée au choix	Jeudi 16	Œufs mayonnaise ou Salade de printemps **Pâtes sauce napolitaine** **Compote**
Crudités variées ou Salade aux noix ou Rouleau de la mer ou **Macédoine** ou Salade Huancahina ou Maquereau fumé ou Salade de coquillettes au basilic **Saucisses de Francfort ou Hachis parmentier ou Brandade de poisson** Purée et/ou **Carottes cuisinées** Crème dessert BIO	Vendredi 17	Avocat vinaigrette ou Carottes râpées **Croq'Kebab** Salade verte Desserts variés

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

La Gestionnaire
D. Treboisnel

Le Proviseur
O. Champeau