



Cité scolaire de Kerichen

Collège Kerichen - Lycées Kerichen - Leven - 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 12 au 16 février 2018

Midi		Soir
<p>Crudités variées ou Betterave rouge ou Salade bretonne ou Salade fraîcheur surimi ou Salade aux noix ou Salade Far West</p> <p>Navarin d'agneau ou Merguez</p> <p>Semoule et/ou Ratatouille</p> <p>Crème dessert</p>	L u n d i	<p>Crème de champignons maison ou Concombre au fromage blanc ou Salade martiniquaise</p> <p>Blanquette de volaille</p> <p>Riz pilaf et/ou Trio de légumes</p> <p>Yaourt à la grecque</p>
<p>Feuilleté bolognaise ou Quiche lorraine maison ou Crudités variées ou Taboulé ou Salade vaudoise</p> <p>Escalope viennoise ou Sauté de bœuf provençale</p> <p>Penne rigate et/ou Mais à la portugaise</p> <p>Ile flottante</p>	M a r d i	<p>Salade verte-jambon-œuf dur ou Salade niçoise</p> <p>Steak haché sauce cantadou</p> <p>Purée et/ou Poêlée campagnarde</p> <p>Fruit au choix</p>
<p>Crudités variées ou Betterave rouge ou Œuf dur ou Pâté en croûte ou Chou rouge-lardons ou Salade piémontaise ou Radis noir</p> <p>Filet de merlu façon crumble ou Filet de poisson pané</p> <p>Pommes vapeur et/ou Carottes à la crème</p> <p>Tartelette au chocolat ou Tarte à la noix de coco</p>	M e r c r e d i	<p>Potage tomates vermicelles ou Rosette de Lyon ou Salade de coquillettes</p> <p>Blésotto</p> <p>Champignons sautés et/ou Salade verte</p> <p>Liégeois aux fruits</p>
<p>Crudités variées ou Salade de chou blanc ou Asperges vinaigrette ou Sardines à la tomate ou Salade mexicaine ou Salade montagnarde</p> <p>Boulettes de boeuf ou Steak de soja ou Andouillette moutarde</p> <p>Frites et/ou Haricots verts</p> <p>Fromage blanc nature sucré ou aux fruits ou Clémentines</p>	J e u d i	<p>Salade de pâtes Marco Polo ou Rouleau de la mer</p> <p>Colombo de porc</p> <p>Semoule et/ou Légumes tajine</p> <p>Flan vanille</p>
<p>Crudités variées ou Betterave rouge ou Chou-fleur polonaise ou Salade du thonier ou Salade pommes de terre-surimi</p> <p>Filet de merlu sauce aurore ou Nems au poulet ou Chao Men</p> <p>Riz quinoa et/ou Courgettes cuisinées</p> <p>Crème brûlée ou Kiwis</p>	V e n d r e d i	<p>Mousse de canard ou Crudités</p> <p>Pâtes bolognaise</p> <p>Salade verte</p> <p>Riz au lait</p>

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



La Gestionnaire
M. Cong

Le Proviseur
O. Champeau