



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 3 au 7 septembre 2018

Midi		Soir
<p>Crudités variées ou Betteraves rouges ou Salade fraîcheur surimi ou Salade bretonne ou Salade aux noix ou Melon ou Pastèque</p> <p>Aiguillette de poulet ou Bœuf bourguignon</p> <p>Penne rigate et/ou Poêlée méridionale</p> <p>Gaufre</p>	L u n d i 3	<p>Salade martiniquaise ou Concombre au fromage blanc</p> <p>Blanquette de volaille</p> <p>Riz et/ou Trio de légumes</p> <p>Yaourt aux fruits</p>
<p>Feuilleté bolognaise ou Quiche au fromage maison ou Crudités variées ou Taboulé ou Salade vaudoise ou Melon ou Pastèque</p> <p>Navarin d'agneau ou Merguez</p> <p>Semoule et/ou Légumes couscous</p> <p>Cône glacé</p>	M a r d i 4	<p>Salade verte-jambon-œuf dur ou Salade niçoise</p> <p>Steak hâché sauce au bleu</p> <p>Purée et/ou Poêlée campagnarde</p> <p>Liégeois aux fruits</p>
<p>Crudités variées ou Betteraves rouges ou Chou rouge-lardons ou Salade piémontaise ou Melon ou Pastèque</p> <p>Filet de poisson pané ou Poisson du jour</p> <p>Pommes de terre vapeur et/ou Carottes à l'orange-gingembre</p> <p>Tarte normande ou Tartelettes alsacienne maison</p>	M e r c r e d i 5	<p>Salade de tomates ou Salade de coquillettes</p> <p>Blésotto</p> <p>Brocolis et/ou Salade verte</p> <p>Fruit de saison</p>
<p>Crudités variées ou Salade de chou blanc ou Asperges vinaigrette ou Sardines à la tomate ou Salade Mexicaine ou Salade montagnarde ou Tomate sauce gribiche ou Melon ou Pastèque</p> <p>Boulettes de volaille Keftas ou Boulettes de sarrazin ou Andouillette moutarde</p> <p>Frites et/ou Haricots verts</p> <p>Fromage blanc nature sucré ou aux fruits</p>	J e u d i 6	<p>Salade de pâtes Marco Polo ou Melon ou Pastèque</p> <p>Colombo de porc</p> <p>Semoule et/ou Tomates provençales</p> <p>Liégeois</p>
<p>Crudités variées ou Betteraves rouges ou Chou fleur polonaise ou Salade du thonier ou Salade tomate-mozzarella ou Melon ou Pastèque</p> <p>Nems au poulet ou Porc au caramel</p> <p>Riz-quinua et/ou Courgettes au soja</p> <p>Crème brûlée ou Ile flottante ou Kiwis</p>	v e n d r e d i 7	<p>Macédoine ou Crudités</p> <p>Pizza maison</p> <p>Salade verte</p> <p>Yaourt à la grecque</p>

Bonne reprise à tous !

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



La Gestionnaire
Maud Conq

Le Proviseur
Olivier Champeau