



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 14 au 18 janvier 2019

| Midi | | Soir |
|--|--|--|
| <p>Crudités variées ou Salade du thonier ou Cervelas vinaigrette ou Harengs-pommes de terre ou Rouleau de la mer ou Salade martiniquaise ou Taboulé</p> <p>Cordon bleu ou Emincé de bœuf à l'oseille</p> <p>Coquillettes et/ou Gratin de chou-fleur au curry</p> <p>Crêpe</p> | <p>L u n d i 1 4</p> | <p>Betterave rouge-œuf-mais ou Carottes-concombre</p> <p>Emincé de porc au caramel</p> <p>Riz créole et/ou Haricots verts</p> <p>Liégeois aux fruits</p> |
| <p>Crudités variées ou Salade Coleslaw ou Salade bretonne ou Salade de riz</p> <p>Rôti de dinde ou Navarin printanier ou Filet de merlu</p> <p>Semoule et/ou Ratatouille</p> <p>Barre glacée</p> | <p>M a r d i 1 5</p> | <p>Salade de pâtes ou Chou blanc massala</p> <p>Filet de poisson pané</p> <p>Pommes de terre sautées et/ou Courgettes cuisinées</p> <p>Yaourt aromatisé BIO</p> |
| <p>Crudités variées ou Salade fraîcheur surimi ou Salade angevine ou Salade piémontaise ou Salade antillaise</p> <p>Sauce bolognaise ou Sauce carbonara ou Steak soja citron</p> <p>Macaroni et/ou Carottes à l'estragon</p> <p>Doony's ou Tartelette aux myrtilles maison</p> | <p>M e r c r e d i 1 6</p> | <p>Concombre au fromage blanc ou Macédoine au thon</p> <p>Grignotes de poulet</p> <p>Semoule et/ou Poêlée méridionale</p> <p>Fruit au choix</p> |
| <p>Tartelette parisienne maison ou Chausson jambon-fromage ou Crudités variées ou Salade de chou ou Salade de coquillettes ou Taboulé</p> <p>Steak boulgour-lentilles ou Menu fromage ou Rougail saucisse</p> <p>Riz créole et/ou Poêlée pour tajine</p> <p>Liégeois</p> | <p>J e u d i 1 7</p> | <p>Betteraves rouges-mais ou Salade de printemps</p> <p>Filet de dinde</p> <p>Frites et/ou Julienne de légumes</p> <p>Compote</p> |
| <p>Crudités variées ou Taboulé ou Salade aux noix ou Rouleau de la mer ou Macédoine ou Salade Huanchahina ou Maquereau fumé</p> <p>Poulet rôti ou Kig ha farz</p> <p>Purée et/ou Brocolis</p> <p>Crème dorée</p> | <p>V e n d r e d i 1 8</p> | <p>Carottes râpées ou Œuf mayonnaise au surimi</p> <p>Gratin de pâtes aux champignons</p> <p>Salade verte</p> <p>Flan nappé caramel</p> |

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



La Gestionnaire
D. Treboisnel

Le Proviseur
O. Champeau