



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 7 au 11 octobre 2019

Midi		Soir
Crudités variées ou Betterave rouge ou Salade bretonne ou Salade fraîcheur surimi ou Salade aux noix Aiguillettes de poulet ou Bœuf au chocolat Penne rigate et/ou Poêlée méridionale Fromage blanc nature sucré ou aux fruits	L u n d i 7	Concombre au fromage blanc ou Salade martiniquaise Emincé de volaille Riz et/ou Trio de légumes Liégeois
Feuilleté bolognaise ou Toast au thon maison ou Crudités variées ou Taboulé ou Salade vaudoise Navarin d'agneau ou Merguez ou Filet de merlu Semoule et/ou Légumes couscous Crème dessert BIO	M a r d i 8	Salade verte-jambon-œuf dur ou Salade niçoise Hachis parmentier Poêlée campagnarde Crêpe au chocolat
Crudités variées ou Betterave rouge ou Chou rouge-lardons ou Salade de coquillettes Filet de poisson pané ou Confit de canard Pommes vapeur et/ou Chou fleur en gratin Tartelette fruits rouges-chocolat blanc maison ou Tarte normande	M e r c r e d i 9	Salade de tomates ou Salade piémontaise Blésotto Brocolis et/ou Salade verte Liégeois aux fruits
Crudités variées ou Salade de chou blanc ou Asperges vinaigrette ou Sardines à la tomate ou Taboulé ou Salade montagnarde ou Tomate sauce gribiche Boulettes de volaille Keffa ou Steak soja-antillais ou Andouillette lyonnaise Frites et/ou Haricots verts Cône glacé	J e u d i 1 0	Salade de pâtes Marco Polo ou Crudités Colombo de porc Semoule et/ou Carottes BIO Quatre quarts aux pommes maison
Crudités variées ou Betterave rouge ou Chou-fleur polonaise ou Salade du thonier ou Salade de tomate-mozzarella Nems au poulet ou Calamars au cidre Riz quinoa et/ou Poêlée asiatique Compote	V e n d r e d i 1 1	Macédoine ou Crudités variées Gratin de pâtes Salade verte Desserts variés

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



La Gestionnaire
D. Treboisnel

Le Proviseur
O. Champeau