



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 22 au 26 mars 2021**

Midi		Soir
Crudités variées ou <b>Salade de mâche au bleu</b> ou <b>Salade suisse</b> ou <b>Salade du thonier</b> ou <b>Cœur de palmier</b> ou <b>Rouleau de la mer</b>  <b>Saucisse de Francfort</b> ou <b>Emincé de bœuf Stroganoff</b>  Macaroni et/ou <b>Poêlée méridionale</b>  Coupe glacée	L u n d i  2 2	<b>Betterave rouge</b> ou <b>Salade au chèvre</b>  <b>Filet de poisson pané</b> ou <b>Filet de merlu</b>  <b>Pommes de terre lamelles</b> et/ou <b>Courgettes cuisinées</b>  Yaourt brassé BIO
Toast au chèvre maison ou <b>Croisillon emmental</b> ou <b>Crudités variées</b> ou <b>Salade grecque</b> ou <b>Taboulé indien</b>  <b>Rôti de porc</b> ou <b>Calamars à la romaine</b>  Riz et/ou <b>Poêlée forestière</b>  Fromage blanc nature sucré ou <b>aux fruits</b>	M a r d i  2 3	<b>Salade aux noix</b> ou <b>Cervelas sauce gribiche</b>  <b>Pâtes Carbonara</b> <b>Trio de légumes</b> et/ou <b>Salade verte</b>  Crème dessert BIO
Crudités variées ou <b>Salade fraîcheur surimi</b> ou <b>Chou corinthien</b> ou <b>Salade de riz-lentilles</b> ou <b>Avocat vinaigrette</b>  <b>Haut de cuisse de poulet</b> ou <b>Filet de merlu sauce Tandoori</b>  Blé aux épices et/ou <b>Carottes cuisinées au miel</b>  Crème brûlée	M e r c r e d i  2 4	<b>Carottes râpées</b> ou <b>Macédoine</b>  <b>Emincé de dinde Involtini</b>  Frites et/ou <b>Haricots verts</b>  <b>Compote</b>
Crudités variées ou <b>Pâté de foie</b> ou <b>Pâté en croûte</b> ou <b>Asperges</b> ou <b>Salade de penne au thon</b> ou <b>Salade huancahina</b>  <b>Merguez sauce au cumin</b> ou <b>Saumon mariné</b>  Semoule et/ou <b>Poêlée asiatique</b>  Tarte aux pommes ou <b>Chou chocolat maison</b>	J e u d i  2 5	<b>Chou blanc massala</b> ou <b>Salade bretonne</b>  <b>Risotto indien</b>  <b>Brocolis</b>  Madeleine
Crudités variées ou <b>Taboulé tunisien</b> ou <b>Rouleau de la mer</b> ou <b>Betterave rouge</b> ou <b>Salade montagnarde</b>  <b>Chipolatas</b> ou <b>Estouffade de bœuf irlandaise</b>  Purée et/ou <b>Haricots blancs</b> et/ou <b>Brocolis</b>  Liégeois aux fruits	V e n d r e d i  2 6	<b>Concombre</b> ou <b>Œuf mimosa au surimi</b>  <b>Croq Kebab</b>  <b>Salade verte</b>  Desserts variés
<b>Pour votre information</b> : viande française 'Label Rouge' (poulet fermier, dinde, porc, jambon), bœuf français 'Race à viande', charcuterie, lardons, boudin, porc et lapin : BBC 'Bleu Blanc Cœur', saucisse et chipolata sans colorant et locales (Pouldreuzic 29), filet de merlu MSC (issu de la pêche durable), saumon sauvage, féculents et légumes secs BIO, carottes BIO, oeufs BIO, camembert BIO, yaourts local BIO et pain local BIO tous les jours....		

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



La Gestionnaire adjointe  
Delphine Treboisnel

Le Proviseur  
Olivier Champeau