



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 04 au 08 octobre 2021

Midi		Soir
<p>Crudités (carottes, céleri, tomate) ou Salade fraîcheur surimi ou Betterave rouge ou Salade du thonier</p> <p>Aiguillette de poulet ou Navarin d'agneau ou filet de merlu sauce orientale</p> <p>Semoule et/ou Ratatouille</p> <p>Liégeois pomme abricot ou pomme framboise ou pomme manque</p>	<p>L u n d i 0 4</p>	<p>Salade bretonne ou Salade martiniquaise</p> <p>Colombo de volaille</p> <p>Pommes de terre et/ou Poêlée asiatique</p> <p>Mousse au chocolat (lait ou noir)</p>
<p>Feuilleté bolognaise ou Quiche au fromage ou Crudités (carottes, céleri, tomate) ou Taboulé</p> <p>Carbonara ou Sauce napolitaine (végétarien)</p> <p>Coquillettes et/ou Poêlée campagnarde</p> <p>Compote pomme- (fraise ou banane ou abricot)</p>	<p>M a r d i 0 5</p>	<p>Salade verte/jambon/œuf dur ou Salade de pâtes</p> <p>Risotto indien</p> <p>Brocolis</p> <p>Barre glacée (Mars caramel beurre salé ou Twix)</p>
<p>Crudités (carottes, céleri, tomate) ou Oeufs durs ou Betterave rouge ou Radis noirs ou Pâté de foie</p> <p>Chipolatas ou Poisson pané</p> <p>Pommes de terre vapeur et/ou Courgettes</p> <p>Gaufre Flash</p>	<p>M e r c r e d i 0 6</p>	<p>Rouleau de la mer ou Salade de riz simple</p> <p>Blanquette de veau</p> <p>Semoule et/ou Brocolis</p> <p>Yaourt bio aromatisé (citron ou fraise ou vanille)</p>
<p>Crudités (carottes, céleri, tomate) ou Salade de chou blanc ou Concombre ou Salade de coquillettes ou Maquereau moutarde</p> <p>Poulet rôti ou Omelette ou Filet de merlu façon crumble</p> <p>Frites et/ou Haricots verts</p> <p>Crème dessert bio (chocolat ou vanille ou caramel)</p>	<p>J e u d i 0 7</p>	<p>Salade fraîcheur surimi ou Concombre au fromage blanc</p> <p>Steack haché</p> <p>Purée et/ou Julienne de légumes</p> <p>Fromage blanc sucré ou aux fruits</p>
<p>Crudités (carottes, céleri, tomate) ou betterave rouge ou Salade chou-fleur polonaise ou Macédoine ou Salade hongroise ou Cervelas vinaigrette ou Salade piémontaise</p> <p>Calamars à la romaine ou Rougail saucisse</p> <p>Riz et/ou Carottes cuisinées</p> <p>Tarte aux pommes ou Tartelette alsacienne</p>	<p>V e n d r e d i 0 8</p>	<p>Entrées variées</p> <p>Lasagnes ricotta - saumon</p> <p>Desserts variés</p>
<p>Pour votre information : 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....</p>		

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



La Gestionnaire
D. Treboisnel

Le Proviseur
O. Champeau