



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.

Le

Menu du 29 Novembre au 3 Décembre 2021

Midi		Soir
Crudités ou Salade du thonier ou Cervelas vinaigrette ou Hareng-pommes de terre ou Rouleau de la mer ou Panais râpé Cordon bleu ou Colombo de volaille Coquillettes et/ou Gratin de choux fleur Liégeois chocolat ou café ou vanille caramel	L u n d i 2 9	Potage tomate-vermicelle ou salade de chou blanc ou carottes râpées Omelette Frites et/ou Haricots verts Fromage blanc nature sucré ou aux fruits
Crudités variées ou Paté en croûte ou Salade Coleslaw ou Salade bretonne ou Œuf mayonnaise Filet de poulet tandoori ou Filet de merlu Waterzoi Semoule et/ou Carottes à l'estragon Doony's ou Choux à la crème	M a r d i 3 0	Salade suisse ou Salade riviera Sauté de porc mexicain Riz créole et/ou Courgettes cuisinées Crème dessert bio chocolat ou vanille ou caramel
Crudités variées ou Salade fraîcheur surimi ou Salade sophie ou Salade de quinoa ou Salade antillaise ou Saucisson à l'ail ou Salade de sarrasin Poulet rôti ou Saucisse de Toulouse Purée et/ou Brocolis et/ou Lentilles vertes Iles flottante	M e r c r e d i 1	Salade d'endives ou Macédoine ou Potage au butternut-potiron Boulettes de bœuf sauce au poivre vert Tortis et/ou Julienne de légumes et/ou Salade verte Glace liégeoise fraise melba ou dame blanche
Coquille de poisson ou Croisillon emmental ou Crudités variées ou Taboulé Steak de soja ou Menu fromage ou Chili con carne Riz créole et/ou Poêlée méridionale Compote poire bio ou pomme banane ou œufs au lait	J e u d i 2	Salade bretonne ou Salade de printemps Merguez sauce orientale Semoule et/ou Légumes de couscous Liégeois pomme framboise ou pomme abricot
Crudités variées ou Salade aux noix ou Rouleau de la mer ou Macédoine ou Salade Huancahina ou Maquereau fumé Sauce bolognaise ou Sauce Carbonara ou Filet de saumon Penne rigate et/ou Poêlée campagnarde Moelleux aux amandes	V e n d r e d i 3	Crudité ou Oeufs mayonnaise Raviolis au fromage Salade verte Desserts variés

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...

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



La Gestionnaire
D. Treboisnel

Le Proviseur
O. Champeau