



Cité Scolaire Kerichen

Collège Kerichen - Lycées Kerichen - Lesven - Vauban

Service Autonome à Comptabilité Distincte

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.

Menu du 8 au 13 mars 2010

Midi		Soir
<p>Crudités variées ou Rouleau de la mer ou Salade suisse ou Salade du Thonier ou Salade Tex-Mex</p> <p>Saucisse de Toulouse ou Emincé de bœuf sauce pain d'épices</p> <p>Purée et/ou Carottes à l'estragon</p> <p>Crêpe au chocolat</p>	L u n d i 0 8	<p>Feuilleté petits légumes ou Concombre à la moutarde</p> <p>Risotto milanaise</p> <p>Poêlée méridionale</p> <p>Fruit au choix</p>
<p>N : Crudités variées ou Rillettes ou Rosette de Lyon ou Salade Lyonnaise ou Salade châtelaine</p> <p>S : Croisillon emmental ou Pizza</p> <p>Filet de poisson pané ou Filet de poisson du jour</p> <p>Semoule et/ou Légumes couscous</p> <p>N : Beignet chocolat ou pomme ou Profiteroles au chocolat</p> <p>S : Compote artisanale</p>	M a r d i 0 9	<p>Carottes râpées-1/2 œuf ou Salade de riz</p> <p>Crozets gratinés au Beaufort</p> <p>Courgettes vapeur</p> <p>Crème brûlée</p>
<p>Crudités variées ou Salade de chou indien ou Salade de mâche aux lardons ou Salade de coquillettes paysanne</p> <p>Emincé de dinde italienne ou Choucroute</p> <p>Petits pois</p> <p>Yaourt aux fruits</p>	M e r c r e d i 1 0	<p>Salade bretonne ou Céleri rémoulade</p> <p>Goulasch hongroise</p> <p>Pommes de terre vapeur et/ou Haricots verts</p> <p>Gâteau breton</p>
<p>N : Croisillon emmental ou Pizza</p> <p>S : Crudités variées ou Rillettes ou Rosette de Lyon ou Salade Lyonnaise ou Salade châtelaine</p> <p>Steak haché frais ou Demi-lune bolognaise</p> <p>Tortis et/ou Aubergines catalane</p> <p>Fromage blanc</p>	J e u d i 1 1	<p>Potage parmentier ou Salade normande ou Salade aux noix</p> <p>Filet de merlu sauce basilic</p> <p>Semoule et/ou Brocolis</p> <p>Mousse au chocolat</p>
<p>Crudités variées ou Salade auvergnate ou Macédoine au thon ou Taboulé ou Salade strasbourgeoise</p> <p>Poulet rôti ou Omelette ou Lapin à la moutarde</p> <p>Frites et/ou Endives braisées</p> <p>N : Compote artisanale</p> <p>S : Beignet chocolat ou pomme ou Profiteroles au chocolat</p>	V e n d r e d i 1 2	<p>Carottes râpées</p> <p>Tomate farcie</p> <p>Riz et/ou Salade verte</p> <p>Ile flottante</p>
<p>Entrées diverses</p> <p>Pizza maison</p> <p>Salade verte</p> <p>Desserts variés</p>	S a m e d i 1 3	<p>A tous les repas</p> <p>Pamplemousse</p> <p>Salade verte</p> <p>Yaourt, Fromage, Pomme</p>

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



Le Médecin Le Gestionnaire Le Proviseur
 E. Espérandieu J.-M. Piton P. Johannel
 J. Ferrec