



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.

Menu du 18 au 22 janvier 2021

Midi		Soir
Crudités variées ou Salade du thonier ou Cervelas vinaigrette ou Hareng-pommes de terre ou Salade martiniquaise Cordon bleu ou Porc à la mexicaine Semoule et/ou Chou-fleur persillé Compote ou Oeufs au lait	L u n d i 1 8	Betterave rouge-œuf-mais Colombo de volaille Pommes de terre sautées et/ou Haricots verts Crème dessert BIO
Crudités variées ou Salade Coleslaw ou Salade bretonne ou Œuf mayonnaise Rôti de dinde ou Boudin aux fruits secs Purée et/ou Carottes cuisinées Doony's ou Tartelette aux myrtilles maison	M a r d i 1 9	Salade suisse ou Chou blanc massala Filet de poisson pané Riz créole et/ou Courgettes cuisinées Fromage blanc nature sucré ou aux fruits
Crudités variées ou Salade fraîcheur surimi ou Salade angevine ou Salade de quinoa ou Salade antillaise Poulet rôti ou Filet de merlu caldeirada Pommes de terre lamelles et/ou Lentilles vertes et/ou Brocolis Ile flottante	M e r c r e d i 2 0	Concombre au fromage blanc ou Macédoine au thon Boulettes de boeuf Coquillettes et/ou Haricots panachés et/ou Salade verte Glace vanille sauce caramel
Toast au thon maison ou Feuilleté hot dog ou Crudités variées ou Salade de chou Menu fromage ou Chili con carne Riz créole et/ou Poêlée méridionale Liégeois	J e u d i 2 1	Salade bretonne ou Salade de printemps Sauté de poulet au cumin Semoule et/ou Ratatouille Yaourt aux fruits BIO
Crudités variées ou Salade aux noix ou Rouleau de la mer ou Macédoine ou Salade Huancahina ou Maquereau fumé Sauce bolognaise ou Lasagnes végétariennes Penne rigate et/ou Poêlée forestière Moelleux aux amandes	v e n d r e d i 2 2	Entrées variées Omelette Frites et/ou Tomates grillées aux herbes et/ou Salade verte Desserts variés
Pour votre information : viande française 'Label Rouge' (poulet fermier, dinde, porc, jambon), boeuf 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