

SEMAINE DU 2 Au 6 OCTOBRE 2017

(Menu à titre indicatif)

LUNDI 2

Carottes râpées / Tomates vinaigrette /
Pamplemousse / Céleri/ Tomate Antiboise /
Rillettes de thon / ...
Cuisse ou filet de poulet tandoori / Jambon grill
Frites / Endives braisées
Yaourt / Crème dessert / Compote / Fromage blanc
Et fruit

Crudités
Rôti de dinde sauce forestière
Bouchée printanière et Petits pois
Salade verte
Mousse noix de coco / Petit suisse
Et fruit

MARDI 3

Salade fraîcheur / Tomate gribiche
Salade antillaise / Laitue au gruyère et au maïs
Betterave salami / ...
Bœuf bourguignon ou Rôti de bœuf Coquillettes
Carottes vichy et Haricots beurre
Glace / Laitage
Et fruit

Salade piémontaise / Salade de cœurs de palmier
Côte de porc sauce charcutière
Pommes dauphines / Courgettes sautées
Salade
Carpaccio d'ananas / Fromage blanc
Et fruit

MERCREDI 4

Salade à la feta / Salade de tomate et surimi / Salade
Antillaise / ...
Blanquette de veau
Céréales gourmandes (bio) / Brocolis
Pâtisserie / Yaourt
Et fruit

Concombre à la menthe / Salade mimosa
Brandade de cabillaud
Jeunes carottes vichy
Salade
Pêche chantilly / Yaourt
Biscuit et fruit

JEUDI 5

Salade niçoise / Tomate aux câpres / ...
***Tartiflette / Salade verte**
***Escalopes poêlées / Pommes de terres et Carottes**
maître d'hôtel et Épinards à la crème
Entremet chocolat ou vanille / Fromage blanc /
Semoule au caramel / Yaourt
Et fruit

Salade de maïs et thon / Carottes au citron
Omelette parmentier
Choux-fleur béchamel
Salade
Tarte aux pommes / Yaourt
Et fruit

VENDREDI 6

Concombre / Macédoine /salade fraîcheur
Salade antillaise / Pamplemousse / ...
Filet de poisson beurre blanc
Sur Julienne de légumes
Riz pilaf
Salade
Beignet pommes, fruits rouge / Brownie chocolat /
Laitage
Et fruit

***LÉGENDE :**
-Viande / poisson œuf (1 à 2 fois par jour)
-Fruits et légumes crus ou cuit (5 fois par jour)
-Féculets (à chaque repas penser au pain sans le gaspiller)
-Produits laitier (3 fois par jour, penser au petit déjeuner et au goûté)

Le Proviseur,

L'Intendant,

Le Principal,